



GÖTEBORGS  
UNIVERSITET

INSTITUTIONEN FÖR KOST- OCH  
IDROTTSVETENSKAP

# “Men jag tycker inte om ... potatisar och inte morötter heller. Kan vi inte sätta köttbullar istället?”

Mat i två barnboksserier

Samaa Hanna Kammouna Taha

---

Kandidatuppsats 15 hp

|              |                           |
|--------------|---------------------------|
| Program:     | Hälsopromotionsprogrammet |
| Huvudområde: | Kostvetenskap             |
| Termin:      | vt 2024                   |
| Handledare:  | Hillevi Prell             |
| Examinator:  | Christina Berg            |

# “Men jag tycker inte om ... potatisar och inte morötter heller. Kan vi inte sätta köttbullar istället?": Mat i två barnboksserier

Kandidatuppsats 15 hp

Program: Hälsopromotionsprogrammet  
Huvudområde: Kostvetenskap  
Termin: vt 2024  
Handledare: Hillevi Prell  
Examinator: Christina Berg  
Nyckelord: Barn-och bilderböcker; dokumentanalys; förskolebarn; livsmedel; matbudskap

---

## Sammanfattning

- Syfte:** Syftet med denna uppsats var att analysera förekomsten av och i vilket sammanhang som mat och dryck framställs i barnboksserierna Alfons Åberg och Pettson och Findus för barn mellan noll och sex år.
- Metod:** Uppsatsen är en dokumentanalys av samtliga bilderböcker i bokserierna Alfons Åberg (n=26) och Pettson och Findus (n=12). Relativa frekvenser beräknades för att redovisa förekomsten av olika livsmedel. Värden och sammanhang som relaterade till livsmedlen analyserades med hjälp av en kvalitativ innehållsanalys.
- Resultat:** Den mest förekommande livsmedelskategorin i båda bokserierna var “sockerrika livsmedel och fika” som förekom i 27,8% av uppslagen i Alfons-böckerna och 47,6% i Pettson-böckerna. Kategorin förekom i olika sammanhang i vardagen, till exempel kvällsmat. Dessa typer av livsmedel associerades med en god smak, glädje och välmående. Grönsaker, frukt och bär samt baljväxter förknippades med negativa värden så som oätlighet och användes som dekoration i bakgrunder.
- Slutsats:** Sammantaget visade resultaten av denna studie att barnboksserierna Alfons Åberg och Pettson och Findus presenterade sockerrika livsmedel som något positivt, medan vegetabilier ofta associerades med negativa värden. Livsmedelskategorierna förekom i olika sammanhang, därav bland annat vardag, fika, kalas och firande. För att undvika felaktiga antaganden om kost uppmuntras föräldrar/vårdnadshavare att undervisa barn om hälsofrämjande kostvanor och förmedla nyttiga matbudskap.

# Förord

Varje dag läses böcker för barn runt om i världen. Det är därför signifikant att förstå vad dessa böcker förmedlar för budskap. Särskilt, då forskning visar att barn lär sig av sin omgivning redan från en ung ålder. Är det inte viktigt att då förse dem med goda kunskaper som främjar deras förutsättningar till hälsosamma livsstilar och kosthållningar?

Uppsatsens ämne är av särskilt intresse för mig då jag sedan barnsben har fått ta del av olika lärdomar kring kost och hälsa. Även min religion har påverkat mitt intresse för kost. Hälso- och kostråd finns inflätade i min tro och som muslim blir jag tillsagd att främja min hälsa så gott som min förmåga tillåter.

Jag har växt upp i en miljö där jag har omringats av människor som inspirerat mitt intresse för kost. En av dem är min mor, Alaa Kammouna, som ständigt har stöttat mig genom min utbildning. Jag vill därför tacka henne för alla råd, uppmuntrande tal, insikter och lärdomar hon så osjälviskt bidragit med. Jag vill även uttrycka min uppskattning till mina nära och kära som visat intresse för min utbildning.

Detta arbete har skrivits med inspiration av alla goda lärdomar som förmedlats genom mina lärare under min utbildning. Därför vill jag tacka dem alla för att de delat med sig av sin kunskap. Jag vill rikta ett speciellt tack till min handledare, Hillevi Prell, som under uppsatsens arbetsgång har hjälpt mig, gett mig många tips och bidragit med konstruktiv kritik.

Jag hoppas att denna studie bidrar med värdefulla insikter. Förhoppningsvis orsakar detta arbete en tankeställare. Vårdnadshavare uppmuntras att se över innehållet i barnböcker och undervisa sina barn samt korrigerar missvisande budskap som eventuellt förekommer i böckerna. Detta med syfte att främja en sund uppfattning om vad en hälsosam, näringsriktig och balanserad kost är.

Trevlig läsning!

Samaa Hanna Kammouna Taha

# Innehållsförteckning

|  |           |
|--|-----------|
| <b>Introduktion</b>  | <b>5</b>  |
| Syfte och frågeställningar   | 6         |
| <b>Bakgrund</b>  | <b>7</b>  |
| Vad äter barn i Sverige?   | 7         |
| Barn och kostrelaterade sjukdomar                                      | 7         |
| Hälsosamma och ohälsosamma livsmedel                                   | 8         |
| Vad påverkar barns matvanor?   | 8         |
| Barns uppfattningar om vad som är hälsosamma och ohälsosamma livsmedel | 9         |
| Bokvanor bland svenska barn  | 9         |
| Bilderboken som budskapsbärare   | 10        |
| Livsmedel i barn-och bilderböcker                                      | 10        |
| Alfons Åberg   | 11        |
| Pettson och Findus   | 11        |
| <b>Metod</b>   | <b>12</b> |
| Urval  | 12        |
| Datainsamling  | 13        |
| Databearbetning och analys   | 13        |
| Etiska överväganden  | 16        |
| <b>Resultat</b>  | <b>18</b> |
| Förekomsten av olika livsmedel   | 18        |
| Alfons Åberg   | 18        |
| Pettson och Findus   | 19        |
| I vilka sammanhang förekommer olika livsmedel?                         | 21        |
| Hur framställs olika livsmedel?  | 23        |
| Sockerrika livsmedel & fika  | 23        |
| Grönsaker, frukt & bär och baljväxter                                  | 24        |
| Rött kött & charkuterier, fisk och ägg                                 | 24        |
| Mejeriprodukter  | 25        |
| Spannmål   | 25        |
| Drycker  | 25        |
| Torrvaror och övrigt   | 26        |
| <b>Diskussion</b>  | <b>27</b> |
| Metoddiskussion  | 27        |
| Trovärdighet   | 27        |
| Metodologiska aspekter   | 28        |
| Resultatdiskussion   | 28        |
| Slutsatser och implikationer   | 31        |
| <b>Referenser</b>  | <b>32</b> |
| <b>Bilagor</b>   | <b>38</b> |

## Introduktion

I takt med försämrade matvanor syns en ökning av kostrelaterade sjukdomar hos den svenska befolkningen (Folkhälsomyndigheten, 2023a). Folkhälsomyndigheten (2023c) rapporterar att övervikt och fetma har ökat hos både vuxna och barn. Kostvaneundersökningar har visat att barn i Sverige äter för mycket sockerrika livsmedel och för lite grönsaker och frukt (Livsmedelsverket, 2003). Livsmedelsverket uppmanar barn och unga i rapporten Riksmaten-barn (2003) till en minskad konsumtion av godis, läsk, snacks och bakverk samt en ökad konsumtion av grönsaker och frukt.

Individens matvanor och matpreferenser etableras redan från en tidig ålder, menar Koivisto (1999). Föräldrar tros påverka sina barns matval genom deras beteenden och egna preferenser (Koivisto, 1999). Förutom familj, klassar Scaglioni m.fl. (2018), även det omgivande samhället, befolkningen/demografin och den socioekonomiska statusen som påverkande faktorer. Inom denna kategori betonas barns sociokulturella utbildning och exponering för olika mediekällor (Scaglioni m.fl., 2018).

Trots att det är känt att en inadekvat kost associeras med kroniska diagnoser som obesitas och hjärt- och kärlsjukdomar syns ett ohälsosamt kostmönster bland barn i Sverige (Shrestha & Copenhaver, 2015; Livsmedelsverket, 2003). År 2003 utgjordes ungefär 25% av svenska barns dagliga energiintag av livsmedel som efterrätt och läsk (Livsmedelsverket, 2003). Shrestha och Copenhaver (2015) delar in faktorer som ökar benägenheten att utveckla hjärt- och kärlsjukdomar i två kategorier; modifierbara och icke-modifierbara. Den modifierbara kategorin innefattar faktorer som en ohälsosam kost, fysisk inaktivitet och tobaksanvändning medan exempel på icke-modifierbara faktorer är ålder och kön. Etableringen av goda matvanor i tidig ålder betonas av Schwartz m.fl. (2011) som menar att en hälsosam kost är viktig i kampen mot kostrelaterade sjukdomar.

I rapporten Småungar & medier 2023 (Andersson, 2023) redovisas att den dagliga läsningen hos barn mellan noll och åtta år har ökat med flera procentenheter sedan 2018. Dessutom står det i rapporten att en av de vanligaste aktiviteterna som barn utför är att läsa böcker eller tidningar. Böcker som riktar sig till yngre barn innehåller ofta bilder på många olika saker, bland annat mat. Goldman och Descartes (2016) skriver att det kan vara problematiskt att framställa näringsfattiga livsmedel som eftersträvansvärda och önskvärda i barnböcker. Detta då, böcker och litteratur bara är en del av barns totala mediekonsumtion som bland annat består av sociala medier och TV-tittande vilka stärker detta budskap ännu mer (Goldman & Descartes, 2016; Scaglioni m.fl., 2018).

Goldman och Descartes (2016) fann i sin studie att även om frukt nämnades mer ofta än sötsaker i barnböcker, presenterades sötsaker och mindre hälsosamma livsmedel som mer önskvärda och positiva. Livsmedelsgrupper som grönsaker och frukt associerades mindre med positiva följder och värden. Därför menar Goldman och Descartes (2016) att det är viktigt att vuxna är medvetna om de matbudskap som barnböcker förmedlar. Detta då en medvetenhet om näringsfattiga livsmedel som framgår i barnböcker främjar ett tankesätt där man söker efter böcker med mer hälsosamma alternativ (Goldman & Descartes, 2016). I linje med detta, skriver England m.fl. (2015) att det kan vara viktigt att ha budskap om mat och dryck i åtanke när man väljer vilka böcker att rekommendera.

Få svenska studier har gjorts kring hur mat och dryck framställs i barnböcker. Dock har ett flertal studenter granskat barnböcker i sina kandidatuppsatser och kommit fram till olika resultat. Bland dessa är Hancock (2008) som undersökte hur ofta hälsosam mat respektive ohälsosam mat skildrades i barnböcker. Hon fann att hälsosam mat närvarade i större utsträckning än ohälsosam i barnböckerna. Även Söderström och Andersson (2022) undersökte i deras kandidatuppsats mat och normer i Astrid Lindgrens kapitelböcker för barn. De fann en frekvent förekomst av sockerrika livsmedel som porträtterades positivt.

Emellertid har ett flertal utländska studier genomförts. Heath m.fl. (2014) såg att småbarn var mer villiga att smaka på en grönsak efter att de hade sett den i en bilderbok. Detta betonar den indirekta

effekten som böcker kan ha på barn redan från en ung ålder. Därför är det av betydelse att undersöka matbudskap i böcker som riktar sig mot barn, då de kan ta med sig budskapen och påverkas av dem i framtiden.

Alfons Åberg av författaren Gunilla Bergström och Pettson och Findus av författaren Sven Nordqvist är två svenska barnboksserier som har getts ut på många olika språk och tryckts i miljontals exemplar (Raben & Sjögren, 2022; Teir-Siltanen, 2018). Tills idag fortsätter böckerna om Alfons Åberg och Pettson och Findus säljas och båda var med i topplistan över de bäst säljande barnböckerna i Sverige år 2023 (Dahlgren, 2024). Då dessa barnböcker är populära och lästa av miljontals barn och familjer världen över är det relevant att reflektera över deras innehåll och vilka budskap de förmedlar om mat och dryck. Detta, då böcker genom deras innehåll och bilder kan påverka barns tankar och preferenser kring mat (Heath m.fl., 2014).

## Syfte och frågeställningar

Syftet med denna uppsats var att analysera förekomsten av och i vilket sammanhang som mat och dryck framställs i barnboksserierna Alfons Åberg och Pettson och Findus för barn mellan noll och sex år.

Frågeställningar:

- Vilka olika livsmedel förekommer och i vilken utsträckning?
- I vilka sammanhang förekommer olika livsmedel?
- Hur framställs olika livsmedel och vad ges dem för värde?

# Bakgrund

## Vad äter barn i Sverige?

Den senaste undersökningen om barns matvanor i Sverige genomfördes år 2003. Livsmedelsverket ansvarar för undersökningen och data sammanställdes i rapporten Riksmaten barn (2003). Deltagarna var 4, 8 och 11 år gamla barn ( $n \approx 2500$ ). Resultaten visade att barnen hade en god fördelning av makronutrientier. Dock var typerna av fett och kolhydrater som ingick i kosterna bristfälliga. Ett för stort intag av socker, mättade fettsyror och salt identifierades. Barnens dagliga energi som kom från sockerrika livsmedel var nästan 25%. Samtidigt, såg man ett för litet intag av fleromättade fettsyror och fibrer. “De största sockerkällorna var läsk och saft följt av godis, smaksatta mejeriprodukter och gruppen bullar, kakor och kex. Barnen åt i genomsnitt söta livsmedel 2–3 gånger per dag” (Livsmedelsverket, 2003, s. 8).

I Riksmaten barn (2003) identifierades ett nästan dubbelt så högt intag av koksalt än det önskvärda. Intaget av salt kom främst från köttprodukter och maträtter som innehöll kött. Grönsaks- och fruktintaget var nästan hälften av den rekommenderade mängden. I de största källorna till mättade fettsyror och transfettsyror ingick glass som fyraåringarna i genomsnitt åt två till tre gånger per vecka. Livsmedelsverket (2003, s. 9) skriver angående de kostmönster som identifierades hos barnen att “Den mest önskvärda matvaneförändringen är en minskad konsumtion av godis, läsk, snacks och bakverk och samtidigt en ökad konsumtion av frukt och grönt”.

Förutom Riksmaten barn (2003), finns inte många rapporter om barns kost i Sverige. Det saknas särskilt data om matvanor bland barn som är mellan noll och fyra år. En anledning till detta kan vara att kosten för barn inom det åldersspannet i huvudsak utgörs av modersmjölk och barnmat. Betydelsen av kost i tidig barndom understryks i de nordiska näringsrekommendationerna ([NNR], Blomhoff m.fl., 2023) då energibehovet inkluderar energi för tillväxt och kroppsutveckling.

## Barn och kostrelaterade sjukdomar

Malnutrition är ett begrepp som avser brister, överskott eller obalanser i en individs energi- eller näringsintag (World Health Organization [WHO], 2024). Exempel på olika former av malnutrition är stunting (barn som är för korta för deras ålder), wasting (barn som är för smala i relation till deras längd), näringsbrist och övervikt (UNICEF, 2021). I Sverige ligger det ett visst fokus på övervikt bland barn, snarare än undernäring, då statistik visar att övervikt och fetma bland barn har ökat i Sverige (Folkhälsomyndigheten, 2023c).

UNICEF (2021, s. 3) skriver att “Poor-quality diets drive all forms of malnutrition in early childhood”. De menar att dyra priser på näringsrik mat är en av de största utmaningarna som påverkar många med en begränsad inkomst att prioritera faktorer som mättnad över livsmedelskvalitet. Det finns olika orsaker till att många barn äter en kost som verkar ogynnsamt för hälsan. En av dem, menar UNICEF (2021), är att ohälsosamma och processade livsmedel och drycker är tillgängliga och vitt marknadsförda. Dessutom, skriver de att barns dieter bland annat brister i måltidsfrekvens och variation. “Young children around the world are being fed to fail...” (UNICEF, 2021, s. 8).

Vidare, rekommenderas ett begränsat proteinintag i de första levnadsåren då en proteinrik kost i spädbarnsåldern associeras med barndomsövervikt och fetma (Arnesen m.fl., 2022; Blomhoff m.fl., 2023). Intaget av transfettsyror bör hållas så lågt som möjligt i det första levnadsåret och mat och dryck med tillsatt socker bör inte ges till barn under två år (Blomhoff m.fl., 2023). Detta då transfett har setts höja halten av “onda” lipoproteiner med låg densitet (LDL-kolesterol) och minska halten av “goda” lipoproteiner med hög densitet (HDL-kolesterol) (Livsmedelsverket, 2023e). Denna process associeras med kardiovaskulära sjukdomar (Livsmedelsverket, 2023e). Konsumtionen av tillsatt socker bör begränsas då livsmedel rika på tillsatt socker associeras med typ 2-diabetes, hjärt- och kärlsjukdomar, överdriven viktuppgång och karies (Blomhoff m.fl., 2023).

## Hälsosamma och ohälsosamma livsmedel

Begrepp som "hälsosamt" eller "nyttigt" och "ohälsosamt" eller "onyttigt" kan definieras och tolkas på olika sätt. Livsmedelsverket (2015) skriver att det kan vara svårt att veta vad som är nyttigt när det cirkulerar många olika dieter, kostråd och rön i samhället. "A healthy diet is one in which macronutrients are consumed in appropriate proportions to support energetic and physiologic needs without excess intake while also providing sufficient micronutrients and hydration to meet the physiologic needs of the body" (Cena & Calder, 2020, s. 2).

Livsmedelsverket (2015) hänvisar till nyckelhålmärkningen och menar att den signalerar att en viss matvara kan vara nyttig. Folkhälsomyndigheten (2023b) använder ordet "nyttigt" sparsamt och väljer istället att fokusera på ordet "hälsosamt". "Hälsosamma matvanor kännetecknas av att huvuddelen av maten kommer från vegetabiliska, fiberrika och näringstäta livsmedel" (Folkhälsomyndigheten, 2023b). I NNR (Blomhoff m.fl., 2023, s. 90) står det att "Sustainable healthy diets should promote all dimensions of individuals health and wellbeing, have low environmental pressure and impact, be accessible, affordable, safe and equitable, and culturally acceptable...".

Motsatsen till hälsosam mat definieras som mat innehållandes mycket av de ämnen man rekommenderas att äta mindre av eller utesluta, såsom tillsatt socker, mättade fettsyror och transfettsyror (WHO, 2020). Detta, menar WHO (2020), då en överdriven konsumtion av livsmedel rika på dessa ämnen associeras med sjukdomar och ohälsa. De betonar också att en kost kan betraktas som ohälsosam om den innehåller mer än vad som rekommenderas, exempelvis ett överskott av energi eller fett. Detta då en positiv energibalans (energiintag högre än energiförbrukning) kan orsaka viktuppgång (Folkhälsomyndigheten, 2023c). En överdriven viktuppgång förknippas med övervikt eller fetma vilket i sin tur associeras med en ökad benägenhet att utveckla hjärt-och kärlsjukdomar, cancer och typ 2-diabetes (Folkhälsomyndigheten, 2023c).

NNR (Blomhoff m.fl., 2023) rekommenderar en kost som huvudsakligen består av vegetabilier. Det vill säga grönsaker, frukt, bär, baljväxter, potatis, och fullkorn. De rekommenderar dessutom en kost rik på fisk och nötter, ett måttligt intag av mejeriprodukter med låg fetthalt och ett begränsat intag av rött kött och fjäderfän. Förutom detta, pekar de på de negativa hälsoeffekterna av processat kött, alkohol och processade livsmedel som är rika på tillsatt fett, socker och salt.

I vetenskapliga artiklar som behandlar kost och nutrition definieras ofta onyttig mat i enlighet med det som föregående angivits. Ett exempel är Olafsdottir och Berg (2016) som i sin studie valde att sortera sötsaker, snacks och läsk i en kategori som de kallade hög-kalori och låg-(mikro)nutrient livsmedel, alltså energirika och näringsfattiga livsmedel. Detta går i linje med Jones m.fl. (2018) som definierar en ohälsosam kost som en kost rik på salt, skadliga fetter, tillsatt socker och energi.

## Vad påverkar barns matvanor?

I Livsmedelsverkets (2016a) rapport om barns matvanor ur ett sensoriskt och pedagogiskt perspektiv presenterar de ett flertal faktorer som tros påverka förskolebarns matvanor. De nämner medfödda anlag, utveckling, personliga preferenser och familjens påverkan som exempel på sådana faktorer. Människan gör även matval utifrån det som anses vara acceptabelt utifrån sociala och kulturella normer och kontexter (Livsmedelsverket, 2016a). Smakpreferenser har en stark association med individens matval, matvanor och hälsa, uppger Livsmedelsverket (2016a). De skriver att smakpreferenser påverkas redan från en tidig ålder och ofta bibehålls genom hela livet.

Scaglioni m.fl. (2018) sammanställde i sin studie artiklar om faktorer som kan påverka barns ätbeteende och matvanor. De kom fram till att föräldrarnas matvanor och matningsstrategier var de mest framträdande faktorerna för barns ätbeteenden och matval. Utifrån detta drar de slutsatsen att föräldrar bör exponera sina barn för hälsofrämjande matval samtidigt som de själva bör agera som förebilder när det gäller matvanor. I linje med detta uppgav Birch m.fl. (2007) att barns ätbeteenden är

mottagliga för yttre influenser från familjer, skolor och samhällen. Därför är det viktigt att dessa arenor främjar hälsosamma matval och matvanor (Birch m.fl., 2007).

Även media har setts påverka matvanor. Sina m.fl. (2022) rapporterade att social media associerades med att utelämnat frukost, ett ökat intag av ohälsosamma snacks och sockersötade drycker samt ett minskat grönsaks- och fruktintag hos barn och ungdomar mellan två och arton år. Monterrosa m.fl. (2020) presenterar ytterligare faktorer som associeras med matval och matbeteende, bland annat sociala strukturer, ekonomisk miljö och informativ miljö. I den informativa miljön ingår reklam, utbildning och media (Monterrosa, m.fl., 2020). Angående utbildning betonas böckers roll, då många förskolor är engagerade i arbete med litteratur som bas (Kärnebro, 2018). Kärnebro (2018) skriver att arbetet med läsning och litteratur med förskolebarn har stor betydelse. Hon betonar även barnboken som ett medel för att förmedla olika budskap. Hon menar att barnen genom arbete med läsning i förskolan får "... utveckla sin förmåga att förstå och leva sig in i andras villkor och livssituationer" (Kärnebro, 2018).

## Barns uppfattningar om vad som är hälsosamma och ohälsosamma livsmedel

Zarnowiecki m.fl. (2011) fann att barn mellan fem och sex år kunde identifiera hälsosam mat. Deras studie visade att det kan vara lämpligt för barn att redan i förskolan genomgå nutrition-undervisning. Dock, saknas studier som undersöker uppfattningar om hälsosam och ohälsosam mat hos barn upp till fem år. Detta kan bero på att barn mellan noll och fem år befinner sig i en språkutveckling och kanske inte lärt sig att uttrycka sina tankar och känslor på ett sådant sätt som vuxna helt kan förstå (Fäldt, 2019). Även om få studier har gjorts kring vad barn i förskoleåldern uppfattar som hälsosam och ohälsosam mat, utvecklas fortfarande tankar, idéer och preferenser kring kost i den åldern vilket betonar betydelsen av att tidigt främja goda matvanor hos barn (Livsmedelsverket, 2016a; Scaglioni m.fl., 2018).

Förskolan uppges vara en plats där det finns potential att använda måltiden på ett lärande och hälsofrämjande sätt (Livsmedelsverket, 2023c). Livsmedelsverket (2023c) lyfter förskolemåltidens inverkan på lärandet, hälsan och miljön samt uppmuntrar att den används medvetet i förskolans kök och pedagogiska arbete. Vidare, tros även föräldrar spela en stor roll i barns uppfattning om mat (Scaglioni m.fl., 2018). Det är viktigt att se över hur mat framställs i den media och specifikt litteratur som barn regelbundet använder. Detta då barn kan ha en större benägenhet att tycka om ett visst livsmedel om det presenteras på ett tilltalande sätt (Livsmedelsverket, 2016b).

## Bokvanor bland svenska barn

I rapporten *Småungar & medier 2023* (Andersson, 2023) undersöks medievanor och attityder hos barn mellan noll och åtta år i Sverige. Rapporten visar att tidnings- och bokläsning är bland de vanligaste medieaktiviteterna hos barn. "I åldersgruppen med störst andel dagliga läsare, alltså 2–4-åringarna, har andelen ökat från 49 % år 2018 till 55 % år 2022. I åldersgruppen 5–8 är ökningen ungefär lika stor och i åldersgruppen 0–1 är ökningen 11 procentenheter" (Andersson, 2023, s. 26). Samtidigt syns en minskning av antalet barn som aldrig läser eller lyssnar på ljudböcker (Andersson, 2023).

Andersson (2023) redovisar att de flesta barn upp till åtta år läser böcker och tidningar under en timme per dag och inte alls lyssnar på ljudböcker. Dock har man sett en märkbar ökning från år 2018 i både daglig läsning och dagligt lyssnande på böcker och tidningar (Andersson, 2023). Läsning är generellt någonting som förskolebarn uppmuntras till i Sverige (Kärnebro, 2018). I en artikel på uppdrag av Skolverket presenteras bokens betydelse dels för språkutvecklingen, men även för igenkänningen av bilder och symboler som man mött i böcker (Kärnebro, 2018).

De allra yngsta barnen kan inte läsa själva, därav ansvarar föräldrarna/vårdnadshavarna för introduktionen av böcker i det tidiga livsskedet. Föräldrar uppges vara ansvariga "... dels genom att fungera som läsande förebilder för (sina) barn, dels genom att se till att (deras) barn läser" (Hedemark & Linsköld, 2023). I linje med detta, betonar Kulturrådet (2023) betydelsen av läsande förebilder. Att

läsa för sina barn kan framstå som ett individuellt val och inte något som påverkas av exempelvis socioekonomisk status. Dock, menar Hedemark och Linsköld (2023) att det, förutom förmåga och vilja, krävs tid och förutsättningar för att kunna läsa med sina barn.

## Bilderboken som budskapsbärare

Bilderböcker är en typ av barnbok som kommunicerar information eller berättar historier genom en serie av många bilder kombinerade med relativt små mängder text eller ingen text alls (Nodelman, 1988, s. vii). Oftast vänder sig bilderböcker till barn upp till sex år (Svenska barnboksinstitutet [SBI], 2022). Bilderböcker är en källa till språk, koncept och lärdomar för barn, menar Strouse m.fl. (2018). Hon skriver även att ålder och mognad/utvecklingsstadium påverkar vad barn lär sig och om de över huvud taget lär sig av bilderböcker.

Bilderbokens historia utmärks av både tradition och förnyelse. Förnyelsen har ofta skett till följd av att bilderboksskapare och pedagoger har ställt frågor som är centrala än idag: Vilka barn får sin erfarenhetsvärld speglad i bilderboken, och vilka får det inte? Vilka barn och vuxna finns representerade i böckerna och på vilket sätt ser dessa representationer ut? Vilka normer och värderingar bör förmedlas – eller undvikas? (Söderberg, 2018, s. 3).

Bilderboken står ut i sin samverkan mellan text och bild (Söderberg, 2018). Denna samverkan kallas ikonotext och är det budskap som önskas förmedlas i bokens samverkan mellan verbalisering och visualisering (Söderberg, 2018). Vidare, är användningen av barnboken för att förmedla olika budskap inte ett främmande koncept. Söderberg (2018) skriver om hur bilderboken används för att förmedla olika normer och värden. Bilderböcker brukar också i hälso- och sjukvårdssammanhang användas för att stödja barn med rädsla eller oro kring olika moment och procedurer. Ett exempel på detta är en studie av Tsao m.fl. (2017) där man såg att användandet av en bilderbok som handlar om venpunktioner associerades med en minskad oro för veninjektioner hos förskolebarn.

## Livsmedel i barn- och bilderböcker

Tidigare studier har gjorts kring hur mat skildras i barnböcker. Goldman och Descartes (2016) studerade bilderböcker för förskolebarn och fann att frukt och bakverk var de mest förekommande livsmedlen i böckerna. De såg även att sötad mat var i fokus mer och associerades starkare med positivitet än grönsaker och frukt. Glass associerades alltid med positiva resultat, likt sötsaker som framstod som önskvärda. Sammanfattningsvis, var näringsfattig mat ofta förekommande i bilderböckerna som studerades (Goldman & Descartes, 2016).

Det kan vara svårt att koda olika meddelanden om mat i bilderböcker. Detta då budskapen kan vara subtila, exempelvis om mat förekommer i bild men inte i text (Byrne & Nitzke, 2000). Även attityder och beteenden kring mat hos barn i bilderböcker har undersökts. Matvienko (2016) genomförde en innehållsanalys av bilderböcker med mål att beskriva matbeteenden och matningsstrategier som presenteras. Hon fann att vägran, gnäll, överätande och kräsenhet var några av de beteenden kring mat som förekom i böckerna. Detta är problematiskt då barn ofta drar lärdomar från innehållet i bilderböcker (Strouse m.fl., 2018).

Få svenska studier har gjorts kring hur mat skildras i barn- och bilderböcker. Hancock (2008) studerade i sin kandidatuppsats 130 antal böcker från bibliotek i Sverige och fann att en hälsosam kost skildrades mer än en ohälsosam (63% jämfört med 37%). Resultaten visade även att den hälsosamma kosten dominerade i vardagliga matsituationer medan den ohälsosamma kosten var mest vanligt förekommande i situationer såsom fika (Hancock, 2008). Även Söderström och Andersson (2022) undersökte i sin kandidatuppsats mat och normer i barnböcker. Studien visade att vardagsmat konsumerades i måttlig mängd medan festmåltider äts och serverades i stora mängder. I böckerna förekom mat rik på socker, till exempel godis, och det uttrycktes även tycke för denna livsmedelsgrupp. Man såg också att normerna kring sockerrik mat i barnböckerna skiljde sig åt

beroende på om berättelsen var från de vuxnas eller barnens perspektiv (Söderström & Andersson, 2022).

## Alfons Åberg

Alfons Åberg har kommit att bli en bekant barnbok i många länder och har tryckts i cirka 10 miljoner exemplar på nästan 40 olika språk (Rabén & Sjögren, 2022). Böckerna om Alfons är ofta förekommande på förskolor (Kärnebro, 2018). Den första boken i serien är *God natt Alfons Åberg* som gavs ut år 1972 (Alfons, u.å.). Alfons-serien består av 26 böcker och varje år lånas det runt cirka en miljon Alfons-böcker på svenska bibliotek (Alfons, u.å.). Alfons Åberg var bland de bäst säljande barnböckerna i Sverige år 2023 (Dahlgren, 2024).

Böckerna riktar sig mot barn upp till sex år och handlar om pojken Alfons Åberg och hans vardag. Alfons ålder varierar i böckerna mellan förskoleålder och grundskoleålder, alltså mellan fyra och sju år (Andersson, 2024). Gunilla Bergström är författaren och illustratören bakom böckerna om Alfons Åberg. Till kännedom har ingen studie gjorts kring kost och nutrition i böckerna om Alfons Åberg. Dock kritiserades boken *God natt Alfons Åberg* av tandläkare för att Alfons fick lov att dricka saft efter tandborstning på kvällen (Floser, 2022). Författaren bytte då ut saften mot vatten och illustrationen förändrades mellan bokens upplagor.

## Pettson och Findus

Berättelserna om gubben Pettson och katten Findus är välkända och bland de bäst säljande barnböckerna i Sverige (Dahlgren, 2024). Böckerna finns i 47 länder och språkområden och har sålts i över 10 miljoner exemplar utanför Sverige (Opal, u.å.-b). I böckerna får man läsa om Pettsons och Findus vardag på gården där dem bor. Boktexterna komplimenteras med detaljrika illustrationer. Författaren och illustratören Sven Nordqvist presenterade år 1984 duon för första gången i boken *Pannkakstårtan*. Pettson och Findus-böckerna har fått en stor spridning och är vanligt förekommande på förskolor (Kärnebro, 2018). Det finns över tio kapitel- och bilderböcker i bokserien.

I böckerna om Pettson och Findus framställs katten Findus likt ett barn som tycker om att leka kurragömma, äta pannkakor och hoppa i sängen (Opal, u.å.-a). De normer och värden som Söderberg (2018) menar att bilderböcker förmedlar kan vara enklare att ta till sig om karaktärerna i böckerna liknar den målgrupp som böckerna riktar sig till, det vill säga barn. Detta kanske är en anledning till att Findus har kommit att bli omtyckt av många barn.

## Metod

Denna studie är en dokumentanalys med både kvantitativa och kvalitativa frågeställningar. Även om dokumentanalys i huvudsak ses som en kvalitativ metod, menar DalGLISH m.fl. (2020) att metoden kan innehålla både kvalitativa och kvantitativa komponenter. Meningen med en dokumentanalys är att tolka det undersökta ämnet och extrahera mening från den data som analyseras (Billups, 2021; Bowen, 2009). Bowen (2009) skriver att metoden kräver att data undersöks och tolkas för att utveckla förståelse och empirisk kunskap (Bowen, 2009).

Då studiens syfte är att undersöka hur och vilken mat och dryck som framställs i två barnboksserier har arbetet utgått ifrån en induktiv ansats. Detta innebär att man söker efter olika mönster i empirin (Höglund-Nielsen & Granskär, 2017). Arbetet utgår alltså inte från någon teori eller ett redan framtaget kodningsschema. Studien har utgått från frågeställningarna och rört sig från information av datainsamlingen till någon form av slutsats (Grbich, 2013). Analysen skedde utan förutfattade antaganden och grundade sig i insamlingsmaterialet. Data samlades in genom läsning av de valda böckerna. Insamlingsmaterialet analyserades utifrån frågeställningarna i samband med läsningen.

Den första frågeställningen, "Vilka olika livsmedel förekommer och i vilken utsträckning?", är kvantitativ och analyserades genom att notera och räkna mat och dryck som förekom i böckerna. Williams m.fl. (2021) skriver att kvantitativ forskning handlar om kvantitet och lämpar sig när man exempelvis vill mäta hur mycket av något som finns/förekommer. Den andra och tredje frågeställningen, "I vilka sammanhang förekommer olika livsmedel?" och "Hur framställs olika livsmedel och vad ges dem för värde?", är kvalitativa. Detta då kvalitativa frågeställningar kännetecknas av analyser som har att göra med betydelser, beskrivningar, värderingar och egenskaper (Grbich, 2013). Fördelarna med ett tillvägagångssätt som kombinerar både kvantitativa och kvalitativa metoder uppges vara att det förstärker resultatens giltighet och svarar på frågor ur olika perspektiv (Grbich, 2013).

Vid arbetet med den tredje frågeställningen genomfördes även en kvalitativ innehållsanalys. Detta är en metod som används för att organisera och beskriva betydelsen av ett kvalitativt material och görs genom att sortera data i olika grupper (Schreier, 2012). Den kvalitativa innehållsanalysen används för att beskriva både det manifesta (uppenbara) och det latent (underliggande) innehållet i en text (Graneheim & Lundman, 2004). Att genomföra en kvalitativ innehållsanalys inom arbetet för frågeställningen "Hur framställs olika livsmedel och vad ges dem för värde?" är lämpligt då kvalitativ innehållsanalys är ett alternativ om man behöver engagera sig i tolkning för att förstå betydelsen av insamlad data (Schreier, 2012). Dessutom, menar Schreier (2012), att kvalitativ innehållsanalys lämpar sig för att behandla både verbal och visuell data, båda vilket bilderböcker innehåller.

## Urval

Bilderböcker var den boktypen som valdes att analyseras då den förutom texten även sänder budskap om olika normer genom bilder (Söderberg, 2018). Svenska barnboksinstitutet (2022) skriver att bilderböcker vanligtvis riktar sig till barn mellan noll och sex år. Böcker som inte klassificerades som bilderböcker eller som riktade sig till en annan åldersgrupp exkluderades. Urvalet bestod av alla böcker i Alfons Åberg serien (n=26) och alla böcker från Pettson och Findus-serien (n=12) (se bilaga 1). Just Alfons Åberg och Pettson och Findus böckerna valdes att granskas då de är bland de böcker som säljer bäst i Sverige (Dahlgren, 2024). Dessutom är böckerna förutom hos privatpersoner även närvarande inom verksamheter såsom förskolor (Kärnebro, 2018).

Totalt analyserades 38 bilderböcker, varav 26 från Alfons Åberg-serien och 12 från Pettson och Findus-serien. Böckerna valdes genom ett avsiktligt urval. Detta innebär att de två barnboksserierna som analyserades valdes avsiktligt eftersom de troddes vara till nytta för studien och bidra till ändamålsenlighet (Kristensson, 2014). Det finns ytterligare Alfons- och Pettsonböcker, exempelvis kokböcker, flixböcker, pysselböcker och kapitelböcker för barn mellan sex och nio år, men dessa

exkluderades då de inte är bilderböcker eller riktar sig till barn mellan noll till sex år samt att de inte hör till originalserien.

## Datainsamling

Datainsamlingen skedde genom läsning och analys av de valda böckerna. Böckerna lästes genom e-bokstjänsten Nextory (2024). En första läsning av böckerna skedde innan analysen för att se om de över huvud taget behandlade och nämnde ämnet kost. Av de totalt 38 böckerna innehöll 36 stycken en eller flera referenser till mat och dryck i text och/eller bild. Efter att det iakttagits att kost närvarade i böckerna påbörjades analysen. Alla sidor i böckerna förutom titelsidan analyserades. Titelsidorna valdes att exkluderas då alla böckers titelsidor inte var tillgängliga via e-bokstjänsten som användes. Först analyserades Alfons Åberg-böckerna och sedan Pettson och Findus-böckerna. Goldman och Descartes (2016) undersökte hur mat skildrades i olika barnböcker. I deras bokanalys inkluderade dem bokomslagen. Därav, analyserades även bokomslagen i denna studie då de ofta är det första som man ser av boken.

Serierna analyserades i kronologisk ordning från den äldsta till den senaste. Förekomsten av synlig och identifierbar mat och dryck i text och bild granskades och antecknades i enlighet med frågeställningarna. Den mat och dryck som var oidentifierbar användes inte i analysen, exempelvis ett glas med okänd dricka eller en rykande kastrull vars innehåll inte var tydligt. Termosar, bringare och andra typer av burkar eller förpackningar som man inte kunde garantera innehöll mat eller dryck räknades inte med i analysen. Dock räknades bilder på mat och dryck med i analysen, exempelvis en partyhatt med bananmotiv. Om samma livsmedel förekom i flera uppslag kodades det ändå som flera livsmedel. Exempelvis samma äpple som närvarade i tre olika uppslag kodades som att äpple förekom tre gånger. Detta då boken analyserades uppslagsvis.

Istället för att analysera varje sida separat, behandlades varje uppslag för sig. Detta då en hel bild, i båda bilderboksserierna, utgjordes av två sidor, alltså ett uppslag. England m.fl. (2015) kodade livsmedel som syntes flera gånger på samma uppslag enbart en gång. I linje med detta antecknades flera av samma livsmedel på ett uppslag enbart som ett och inte fler. Detta då det som önskades att undersökas var ifall ett livsmedel förekom i ett uppslag och inte hur mycket av livsmedlet som förekom. Detta gjordes även för att det kan vara en felaktig representation att exempelvis räkna alla äpplen på ett äppelträd eller alla kakor på ett fat.

## Databearbetning och analys

Analysen skedde i fyra faser. Den första fasan var en spridd och bred bokanalys. Böckerna lästes igenom. En tabell för varje bok utformades. Om mat eller dryck identifierades antecknades typ av livsmedel och om det identifierades i text eller bild, sidnummer och uppslag, eventuella kommentarer/iakttagelser/relevanta citat, eventuella värden samt sammanhang (om det framkom). Tabellen innehöll en rad för varje uppslag med fem kolumnrubriker: *Sidor (uppslag)*, *Livsmedel*, *Eventuella kommentarer*, *Eventuella värden* och *Sammanhang*. Det var alltså både kvantitativa och kvalitativa variabler som undersöktes.

I tabell 1 redovisas ett utdrag ur den spridda analysen. I den första kolumnen presenteras sidnummer samt uppslagsnummer inom parentes. I den andra kolumnen syns livsmedel och om de förekom i bild eller text. I den tredje kolumnen presenteras relevanta kommentarer eller anteckningar som exempelvis illustrerade något som gick att relatera till antingen värde eller sammanhang. Sist, i den tredje och fjärde kolumnen, presenteras eventuella värden och sammanhang som förekom relaterat till livsmedlen.

Tabell 1. Exempel från den spridda analysen av boken *Vem räddar Alfons Åberg?*

| Sidnummer (uppslag) | Livsmedel                                  | Eventuella kommentarer  | Eventuella värden          | Sammanhang |
|---------------------|--|---|----------------------------|------------|
| 19 (9)              | - Saft och bullar (text)<br>- Kakor (bild) | “Och när de ska ha saft och bullar säger Alfons: ‘Du får gärna ta min bulle. Det gör inget alls. Ta min bulle med, Viktor!’”. | Dela med sig av något gott | Fika       |

Analys av uppenbara budskap i en text handlar om att undersöka vad texten *säger* och kallas för manifest innehåll (Graneheim & Lundman, 2004). Analys av dolda eller underliggande budskap i en text handlar om att tolka vad texten *talat om* och kallas för latent innehåll (Graneheim & Lundman, 2004). Värden relaterade till olika livsmedel förekom huvudsakligen i latent innehåll, medans sammanhang oftast gick att tyda ur det manifesta innehållet i böckerna.

I den andra fasen skedde en kondensering av materialet som samlats in. Även i den andra fasen utformades en tabell för varje bok. Istället för att presentera insamlingsmaterialet uppslagsvis adderades alla uppslag i boken och det totala antalet av en viss mat eller dryck presenterades sammanlagt. Alltså skilde sig denna fas från den första på så sätt att boken redovisades som helhet istället för att presentera innehållet av varje sida för sig. Även i den kondenserade analysen presenterades varje bok i en separat tabell med en rad för varje livsmedelskategori (till exempel dryck, sötsaker, frukt och grönsaker). Tabellen hade två kolumnrubriker: “Livsmedel” och “Syns i x antal uppslag”.

I tabell 2 redovisas ett utdrag ur den kvantitativa delen av den kondenserade analysen. I den första kolumnen redovisas livsmedel. I den andra kolumnen presenteras antalet uppslag där livsmedlet förekommer.

Tabell 2. Exempel från den kvantitativa delen av den kondenserade analysen av boken *Listigt, Alfons Åberg!*

| Livsmedel       | Syns i x antal uppslag |
|-----------------|------------------------|
| <i>Sötsaker</i> |                        |
| Saft            | 5                      |
| Kakor           | 6                      |

I den andra fasen ingick även en kvalitativ analys av värden och sammanhang relaterade till livsmedlet som tyttis ur både latent och manifest innehåll. I tabell 3 redovisas ett utdrag ur den kvalitativa delen av den kondenserade analysen. I den första kolumnen redovisas livsmedel. I den andra kolumnen presenteras sammanhang och och i den tredje kolumnen syns värden som förknippades med livsmedlet.

Tabell 3. Exempel från den kvalitativa delen av den kondenserade analysen av boken *Listigt, Alfons Åberg!*

| Livsmedel       | Sammanhang   | Värde           |
|-----------------|--------------|-----------------|
| <i>Sötsaker</i> |              |                 |
| Saft            | Vardag, fika | Önskvärt        |
| Kakor           | Vardag, fika | Önskvärt, tröst |

Efter den andra organiseringen av insamlingsmaterialet påbörjades den tredje fasen där data organiserades ytterligare. Tabellerna liknade dem som bearbetades i den andra fasen men informationen samlades och tabellerna representerade en hel bokserie, istället för en hel bok. Därmed delades materialet in i två huvudtabeller, en för Alfons-serien och en för Pettson och Findus-serien.

I den fjärde och sista fasen reviderades livsmedelskategorierna och tydliggjordes. Det skedde en indelning av mat och dryck i olika livsmedelsgrupper. Exempelvis presenterades alla frukter och bär under en rubrik, "Frukt och bär", istället för en rubrik för varje frukt. Denna indelning inspirerades och anpassades till viss del utifrån Livsmedelsverkets (2023a) gruppindelning av mat och dryck i deras livsmedelsdatabas. Exempel på kategorier som inspirerats av livsmedelsdatabasen är *frukt och bär*, *fisk*, *mejeri* och *sockerrika livsmedel och fika*. I kategorin "sockerrika livsmedel och fika" ingick livsmedel som bakverk, sockerrika drycker, godis, glass, kex, skorpor, våfflor och sylt. Kategorin benämndes just *sockerrika livsmedel och fika* och inte enbart *sockerrika livsmedel* då mat som våfflor, pannkakor och skorpor inte nödvändigtvis innehåller mycket socker. I denna studie står ordet fika alltså inte för frukt, smörgås eller grönsaker utan snarare det som tidigare nämnts.

Även de livsmedelsgrupper och kostråd som finns i NNR2023 inspirerade indelningen av livsmedelskategorierna i denna studie. Kategorier som inspirerades av NNR2023 var *baljväxter*, *rött kött och charkprodukter*, *ägg* och *alkohol*. De livsmedelskategorier som förekommer i denna studie som inte baserats på NNR2023 eller livsmedelsdatabasen inspirerades av de livsmedel som förekom i böckerna som granskades, exempelvis *gröt och smörgås* eller *torrvaror*. Inom kategorin "torrvaror" ingick mjöl, kryddor och konserver.

I den fjärde fasen beräknades dessutom det totala antalet uppslag i varje bokserie och ytterligare en tabell utvecklades (för exempel, se tabell 4). Där presenterades hur stor andel av det totala antalet uppslag som en viss livsmedelskategori närvarade. Exempelvis, om det totala antalet uppslag var hundra och frukt förekom i tio uppslag skrevs 10% i tabellen.

*Tabell 4.* Exempel från bokserien Alfons Åberg. n= antalet uppslag där livsmedelskategorin förekommer. Procentenheter beskriver andelen som kategorin förekommer av bokseriens totala antal uppslag.

| Livsmedelskategori | Andel av totala antalet uppslag |
|--------------------|---------------------------------|
| Frukt och bär      | 5,7% (n=21)                     |

Sist, genomfördes en kortare kvalitativ innehållsanalys som resulterade i olika kategorier för att besvara den andra och tredje frågeställningen "I vilka sammanhang förekommer olika livsmedel?" och "Hur framställs olika livsmedel och vad ges dem för värde?". En innehållsanalys är precis som det låter, en analys av textens innehåll "(Kristensson, 2014, s. 142). Då den andra frågeställningen syftade till att beskriva och tyda olika sammanhang och den tredje frågeställningen syftade till att beskriva, kartlägga och belysa framställningen av och värden som relaterade till mat och dryck i barnböckerna passade användandet av en kvalitativ innehållsanalys. Detta, då Kristensson (2014) menar att innehållsanalys är en strukturerad och bra metod med fokus på olika likheter, skillnader och mönster i texter.

I tabell 5 redovisas ett utdrag ur den kvalitativa innehållsanalysen. Där redovisas i de två första kolumnerna livsmedel och antalet uppslag där livsmedlet förekom. Den tredje kolumnen visar meningsbärande enheter vilka är ord, meningar eller stycken med innehåll och sammanhang som relaterar till varandra (Graneheim & Lundman, 2004). I den fjärde kolumnen redovisas en kondenserad version av meningsenheter. Sist, i den femte och sjätte kolumnen, syns koder för både värde och sammanhang relaterade till livsmedlet i fråga. Koder är etiketter på meningsbärande enheter som, enligt Graneheim och Lundman (2004), presenterar data på ett annorlunda och tankeväckande sätt.

Tabell 5. Utdrag ur kvalitativ innehållsanalys från bokserien Alfons Åberg

| Livsmedel      | Syns i x uppslag | Meningsbärande enhet   | Kondenserad meningsbärande enhet                           | Kodvärde             | Kod-sammanhang |
|----------------|------------------|--|--|----------------------|----------------|
| Dryck<br>Kaffe | 8                | Citat från <i>Vad sa pappa Åberg?</i> :<br>“Nu kan vi vila ...”,<br>säger pappa ... Han<br>bjuder på banan - själv<br>ska han ha kaffe.” | Vardaglig vuxen-dricka<br>som associeras med<br>avkoppling | Vuxen-<br>avkoppling | Vardag         |

Efter att analysen resulterat i olika koder kring värden och sammanhang fortsatte den kvalitativa innehållsanalysen ytterligare och olika kategorier utarbetades. Kategorier är en grupp innehåll med likheter (Graneheim & Lundman, 2004). Alla koder samlades för att jämföra likheter och skillnader. Därefter sammanställdes koderna i olika kategorier. Kategorier togs enbart fram för vegetabilier (grönsaker, baljväxter, frukt och bär) samt sötsaker och fika (livsmedel som kakor, sylt, tårta och läsk). Detta då vegetabilier och sötsaker utgjorde majoriteten av den mat och dryck som förekom i böckerna. Analysen för resten av livsmedelsgrupperna tog slut vid koder och inga kategorier utarbetades. Detta då koderna bedömdes beskriva materialet tydligt nog. I tabell 6 presenteras ett exempel ur arbetet från koder till kategorier i den kvalitativa innehållsanalysen. I den första kolumnen syns koder och i den andra kolumnen presenteras kategorier.

Tabell 6. Exempel från arbetet med sammanhang i bokserien Pettson och Findus. Tabellen visar hur koder utarbetades till kategorier.

| Koder                                       | Kategorier                      |
|---|---------------------------------|
| <i>Grönsaker, baljväxter, frukt och bär</i> |                                 |
| Bakgrund, vardag                            |                                 |
| Grönsaksland                                | -Bakgrund/pynt                  |
| Natur                                       | -Vardag                         |
| Vardag                                      |                                 |
| Rekvisita                                   |                                 |
| Jul   | - Högtider/speciella tillfällen |

## Etiska överväganden

Vetenskapsrådet (2002) ställer fyra olika krav på forskning; informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Dessa krav innefattar personer som direkt berörs av forskningen. Informationskravet innebär att forskaren bör informera berörda om forskningens syfte. Det har inte behövts skickas ut information om denna studie då den inte har gjorts på individer, utan böcker. Även samtyckeskravet, som innebär att deltagarna själva bestämmer över sin medverkan i forskningen, är oapplicerbart i en studie som denna. Detta då de böcker som analyserats redan är utgivna för allmänheten och inte privata. Konfidentialitetskravet och nyttjandekravet handlar om att privata personuppgifter bör ges konfidentialitet, förvaras säkert och endast användas för forskningsändamålet. Sådan data har inte bearbetats i denna studie då empirin insamlats från litteratur som är allmän.

Då både boktitlar och författarnamn nämns i denna studie bör det betonas att arbetet är en analys av böckernas innehåll och inte av författarna. Dessutom bidrar en noggrann redogörelse över vilka böcker som har analyserats (urvalet) med en ökad överförbarhet och verifierbarhet vilka båda uppges vara

styrkor i det metodologiska tillvägagångssättet (Graneheim & Lundman, 2004; Kristensson, 2014). Valet av böcker att analysera har inget med författarna att göra, snarare är det för att böckerna är populära och läses av många människor både inom Sverige och utomlands (Dahlgren, 2024). Det kan framstå som ett homogent val att granska böcker från enbart två författare och bokserier. Dock, har detta gjorts för att kunna analysera ett helt urval utan några bortfall, vilket bidrar till studiens tillförlitlighet (Elo m.fl., 2014).

Även om Vetenskapsrådets etiska principer inte varit lika relevanta i detta arbete som i de studier där människor är involverade, har andra etiska och lagliga principer tagits i beaktning. Ett exempel är upphovsrättslagen som säger att upphovspersonen (i detta fall författarna/illustratörerna till böckerna) bestämmer hur och om de vill att deras arbete skall göras allmänt genom att exempelvis presenteras i en uppsats (Patent- och registreringsverket [PRV], u.å.). Därför har inga bilder från de analyserade böckerna presenterats eller bifogats i detta arbete. Däremot har citat ur de analyserade böckerna presenterats i denna uppsats. Detta motiveras med citaträtten, vilket är rätten att återge citat utan upphovsmannens tillåtelse (Svenska Förläggareföreningen, u.å.). I enlighet med citaträtten har böckerna enbart citerats med syfte att belysa, understryka eller kritisera någonting och källan har uppgetts i alla citat (Svenska Förläggareföreningen, u.å.).

# Resultat

## Förekomsten av olika livsmedel

### Alfons Åberg

Av alla 26 böcker i Alfons Åberg-serien närvarade mat och dryck i 24 stycken. De enda två böckerna där varken mat eller dryck fanns med var *Milla och Mållgan mitt i natten* och *Skratta lagom! sa pappa Åberg*. Som framgår av tabell 5 identifierades 13 olika livsmedelskategorier i Alfons Åberg-serien. De böckerna där mat och/eller dryck närvarade mest var *Kalas, Alfons Åberg!* och *Vad sa pappa Åberg?*. Den dryck som identifierades flest antal gånger i Alfons Åberg-serien var saft (n=14) och kaffe (n=8).

Tabell 5. Livsmedelsförekomst i bokuppslag från serien Alfons Åberg (n=370).

| Livsmedel                     | Relativ frekvens, % |         |
|-------------------------------|---------------------|---------|
| Sockerrika livsmedel och fika | 27,8%               | (n=103) |
| Torrvaror                     | 7,3%                | (n=27)  |
| Frukt och bär                 | 6,2%                | (n=23)  |
| Rött kött och charkprodukter  | 3,8%                | (n=14)  |
| Övrigt                        | 3,5%                | (n=13)  |
| Potatis, bröd, pasta, ris     | 3,2%                | (n=12)  |
| Grönsaker                     | 2,4%                | (n=9)   |
| Kaffe                         | 2,2%                | (n=8)   |
| Ägg                           | 1,9%                | (n=7)   |
| Mejeri                        | 1,6%                | (n=6)   |
| Gröt och smörgås              | 1,4%                | (n=5)   |
| Baljväxter                    | 0,8%                | (n=3)   |
| Vatten                        | 0,3%                | (n=1)   |

Den mest förekommande livsmedelsgruppen var "sockerrika livsmedel och fika". Till denna kategori hörde bakverk, saft, läsk och sötsaker. Populära livsmedel i denna grupp var bullar, godis, saft och glass (se tabell 6). Livsmedelsgruppen kunde ses på 103 uppslag av de totala 370 uppslagen som Alfons-serien består av. Detta innebär att denna kategori antingen nämndes i text eller var visuellt synlig i cirka 28% av hela bokserien. Den bok där sockerrika livsmedel och fika närvarade mest var *Kalas, Alfons Åberg!*.

Tabell 6. Livsmedel som inkluderades i kategorin ”sockerrika livsmedel och fika”.

| Alfons Åberg                  |                              |
|-------------------------------|------------------------------|
| Sockerrika livsmedel och fika | Förekommer i x antal uppslag |
| <i>Bakverk</i>                | <b>40</b>                    |
| Bullar                        | 15                           |
| Tårta                         | 11                           |
| Kakor                         | 10                           |
| Bakelse/paj                   | 4                            |
| <i>Saft och läsk</i>          | <b>20</b>                    |
| Saft                          | 14                           |
| Läsk                          | 6                            |
| Godis                         | <b>14</b>                    |
| Glass                         | <b>12</b>                    |
| Kex, våfflor och skorpor      | <b>8</b>                     |
| <i>Socket</i>                 | <b>6</b>                     |
| Socketbitar                   | 5                            |
| Vaniljsocket                  | 1                            |
| Sylt                          | 2                            |
| Tuggummi                      | 1                            |

Till kategorin torrvaror hörde livsmedel som mjöl, kryddor och konserver. Torrvaror närvarade i cirka sju procent av bokseriens uppslag. Det vanligaste livsmedlet i denna kategori var salt som syntes i 12 uppslag. Frukt deltog i cirka sex procent av Alfons Åberg-serien. Den oftast förekommande frukten var äpple följt av apelsin, banan och päron. *Hur långt når Alfons Åberg?* var den bok där frukt-specifikt äpple- syntes i flest uppslag.

Rött kött och charkuteriprodukter var den fjärde vanligaste livsmedelskategorin och förekom i 14 olika uppslag. Det livsmedel som dominerade denna kategori var köttbullar (n=11) följt av salami och korv. Mat och dryck som inte hörde till någon annan kategori eller vars innehåll var okänt samlades under kategorin “övrigt”. De livsmedel som hamnade under denna kategori var “bubblande dryck” (n=6), “dricka” (n=2), kaviar (n=2), fruktsoppa (n=1), kryddsås (n=1) och popcorn (n=1).

Potatis, bröd, pasta och ris förekom i cirka tre procent av bokseriens alla uppslag. De vanligaste livsmedlen i denna kategori var potatis (n=5) och bröd (n=4). Grönsaker, kaffe, ägg och mejeriprodukter förekom alla i cirka två procent var av Alfons Åberg-serien. Den vanligaste grönsaken var lök som syntes i tre olika uppslag. Ägg förekom ofta kokt. Mjölk var den vanligaste mejeriprodukten (n=3). Gröt och smörgås syntes i två respektive tre uppslag. Baljväxter och vatten var de två livsmedelskategorierna som förekom minst. Baljväxter förekom i tre uppslag och dricksvatten i ett uppslag.

### Pettson och Findus

Alla böcker i Pettson och Findus-serien som analyserades innehöll mat och/eller dryck. Efter genomläsningen av böckerna identifierades 13 olika livsmedelskategorier (se tabell 7). De böcker där livsmedel förekom i flest uppslag var *Pettson får julbesök* och *Pannkakstårtan*. I *Pettson får julbesök* var den vanligast förekommande livsmedelskategorin rött kött och charkuterier, medan frukt var den vanligaste kategorin i *Pannkakstårtan*. Den oftast förekommande drycken i Pettson och Findus-serien var kaffe (n=39).

*Tabell 7. Livsmedelsförekomst i bokuppslag från serien Pettson och Findus (n=143).*

| Livsmedel                     | Relativ frekvens, % |        |
|-------------------------------|---------------------|--------|
| Sockerrika livsmedel och fika | 47,6%               | (n=68) |
| Frukt och bär                 | 36,4%               | (n=52) |
| Kaffe/te                      | 30,1%               | (n=43) |
| Grönsaker                     | 26,6%               | (n=38) |
| Rött kött och charkprodukter  | 20,3%               | (n=29) |
| Ägg                           | 20,3%               | (n=29) |
| Potatis, bröd                 | 18,2%               | (n=26) |
| Fisk                          | 16,8%               | (n=24) |
| Mejeri                        | 15,4%               | (n=22) |
| Torrvaror                     | 9,8%                | (n=14) |
| Gröt och smörgås              | 9,1%                | (n=13) |
| Baljväxter                    | 4,9%                | (n=7)  |
| Alkohol                       | 0,7%                | (n=1)  |

I Pettson och Findus framkom kategorin "sockerrika livsmedel och fika" i cirka 48 procent av bokens totala antal uppslag. Som det framgår i tabell 8 utgjordes denna kategori i huvudsak av socker, bullar och tårter. Frukt och bär var den kategori som närvarade näst mest i bokserien. Äpplen var den mest förekommande frukten (n=27) följt av röda vinbär (n=5).

*Tabell 8. Livsmedel som inkluderades i kategorin "sockerrika livsmedel och fika".*

| Pettson och Findus            |                              |
|-------------------------------|------------------------------|
| Sockerrika livsmedel och fika | Förekommer i x antal uppslag |
| <i>Bakverk</i>                | <b>31</b>                    |
| Bullar                        | 10                           |
| Tårta                         | 12                           |
| Kakor                         | 9                            |
| <i>Socker</i>                 | <b>15</b>                    |
| Bitsocker                     | 13                           |
| Socker                        | 2                            |
| Pannkakor och plättar         | <b>9</b>                     |
| Sylt                          | <b>8</b>                     |
| Saft                          | <b>4</b>                     |
| Chokladpudding                | <b>1</b>                     |

Kaffe var den dryck som syntes mest i hela Pettson och Findus-serien. I kategorin grönsaker var svamp (n=15) och morötter (n=11) de vanligast förekommande livsmedlen. Rött kött och charkuterier samt ägg syntes båda i cirka 20 procent var av bokseriens totalt 143 uppslag. Kategorin "rött kött och charkprodukter" utgjordes i huvudsak av köttbullar (n=13). Potatis och/eller bröd syntes i cirka 18 procent av bokseriens uppslag. Denna kategori utgjordes främst av potatis (n=18). Fisk syntes i totalt 24 uppslag och de två mest förekommande fiskarterna var abborre och gädda.

De mest frekventa mejeriprodukterna i Pettson och Findus-serien var mjölk (n=10) och ost (n=8). I kategorin "torrvaror" ingick mjöl, salt och peppar, varav mjöl var mest förekommande (n=6). Gröt och smörgås närvarade i cirka nio procent av bokseriens uppslag. Havregrynsgröt syntes i fem uppslag, smörgås i fem uppslag och risgrynsgröt i tre uppslag. Ärtor (n=5) och bönor (n=2) grupperades under kategorin "baljväxter". Alkohol nämndes en gång i bokserien och detta var i form av "juldricka". Vatten som dryck förekom inte någon gång i Pettson och Findus-serien.

## I vilka sammanhang förekommer olika livsmedel?

I båda bokserierna förekom livsmedel i flera olika sammanhang. Många livsmedelsgrupper förekom i vardagssammanhang såväl som högtidliga sammanhang. Till exempel konsumerades fikamat såsom bullar både till vardags som kvällsmat och även till fika eller kalas. Analysen av båda bokserierna visade att "vardag" var det mest populära sammanhanget där livsmedel förekom generellt. Boken *Kalas, Alfons Åberg!* är exempel på en av böckerna som presenterade mat i andra sammanhang än just vardagen. I denna bok var majoriteten av mat och dryck sådan som inte normalt konsumeras i vardagen, exempelvis tårta och läsk.

Sockerrika livsmedel och fika konsumerades, som det nämnts ovan, vid flera olika sammanhang. I boken *Mera monster, Alfons!* presenterades bullar som kvällsmat. Boken handlar om Alfons som sitter barnvakt åt Småtting. "Hela kvällen ska han vara hos lille Småtting - och ge kvällsmat [bild på bulle med pärlsocker] ..." (Bergström, 2019, s. 4-5).

Även glass, saft, godis och andra sötsaker som sylt presenterades i vardagliga situationer. Konceptet "lördagsgodis" eller ett begränsat intag av sockerrika livsmedel betonades inte i någon av bokserierna. Sockerbitar var ett av de mest förekommande livsmedlen i både Alfons Åberg-serien och Pettson och Findus-serien. Bitsockret förekom ofta som rekvisita eller "bakgrundsmat", alltså sådant som fanns på matbordet men som inte nödvändigtvis nämndes eller fokuserades på. Även när sockerbitar inte syntes i varken bild eller text fanns en tesked i kaffekoppen som signalerade att socker fanns inuti.

Torrvaror betonades inte i någon av bokserierna, utan var snarare en del av bakgrunden. Mjöl förekom ofta i bakningssammanhang som en dekoration på bordet. Likaså salt, som identifierades på matbordet, i kryddskåpet och även som pynt. Mjöl, bakpulver och konserver identifierades även i vardagliga sammanhang på inköpslistor och i matkassar. Kaffe och/eller te närvarade vid de flesta sammanhangen i båda bokserierna. Exempel på några var frukost, mellanmål, fika, picknick och firande. Kaffe och te närvarade även som en del av bakgrunden och rekvisita. Vatten som dryck förekom endast en gång. Det var i boken *God natt, Alfons Åberg* som Alfons pappa serverade Alfons ett glas vatten i samband med tandborstning. "Pappa!" ropar Alfons. 'Vi glömde borsta tänderna.' Pappa kommer. Han har med sig tandborsten och vatten i ett glas" (Bergström, 2018, s. 8). I samma bok blir Alfons törstig och får "dricka". Vad det är för dricka specificeras inte.

Frukt och bär konsumerades i vardagliga sammanhang och hade ingen utmärkande närvaro. Dock iakttogs frukt vid ett festligt sammanhang i boken *Kalas, Alfons Åberg!* när barnen fick leka leken fiskedamm. "I tur och ordning får man meta. Bakom skynket står faster Och krokas fast påsar till var och en. Det är godispåsar! Med äpple och banan och karameller och röd klubba" (Bergström, 2018, s. 20). I Alfons Åberg-serien förekom frukt ofta i bakgrunds-sammanhang, exempelvis en apelsinskål i bokhyllan eller ett päron på golvet. I samma serie framställdes bär ofta på ett mer dekorativt vis än frukt, exempelvis som dekoration på tårter.

Som det framgår i tabell 5 och 7 närvarade frukt och/eller bär i Pettson och Findus-serien sex gånger mer än i Alfons Åberg-serien. Detta då en stor del av Pettson-böckerna utspelar sig utomhus i deras trädgård/odlingsland. Därför inkluderas många illustrationer av bland annat äppel-och päronträd samt smultron-och hallonbuskar i de olika uppslagen. I denna bokserie verkar frukt snarare som en del av den naturliga bakgrunden och som pynt/rekvisita än något ätbart. Även i boktexten framställs fruktträd som en del av bakgrunden, exempelvis i boken *Pettson tältar*: "Sen halstrade de abborrarna över

glöden och låtsades att de var i fjällen. Pettson lutade sig mot äppelträdet och drog en djup suck” (Nordqvist, 2024, s. 17).

Likt frukt och bär, betonades inte grönsakers närvaro i hög grad. Snarare verkar dem som pynt eller en del av vardagen. Exempel på detta är i boken *Flyg! sa Alfons Åberg* där lök stod med på en inköpslista, eller i *Vad sa pappa Åberg?* där Alfons packade upp matvaror efter att familjen hade storhandlat och man ser morötter, tomater, purjolök och zucchini i bakgrunden. *Kackel i grönsakslandet* från bokserien Pettson och Findus utspelade sig huvudsakligen i ett grönsaksland. Därför närvarade grönsaker på flera uppslag i denna bok (n=7), både i text och i bild.

Kaffe visade sig vara en central dryck i båda bokserierna. Dess närvaro var betydligt större i Pettson och Findus-böckerna än i Alfons Åberg-serien, men båda böckerna betonar kaffets närvaro och presenterar drycken vid flera sammanhang. Kaffe närvarade till fika, frukost, mellanmål och framställdes som en måltidsdryck i böckerna. Drycken associerades med avkopplingsstunder och vilo-sammanhang i Alfons Åberg-böckerna, exempelvis boken *Vad sa pappa Åberg?*: “Nu kan vi vila, alla tre’ säger pappa ... Han bjuder på banan - själv ska han ha kaffe” (Bergström, 2019, s. 16). Även i Pettson och Findus-serien framställs kaffe som en självklar och nödvändig del av vardagen, men även i bakgrunden. Till exempel, syntes ofta kaffekoppar på matbordet även om kaffet i sig inte nämndes. Likaså med termosar och tekannor, som inte räknades med i analysen men ändå symboliserade kaffe och te. Kaffe associerades också med avkopplings- och vilostunder i Pettson-böckerna, exempelvis boken *Pettson tältar*: “Ack, ja. Det finns inget som ... en stekt abborre och en kopp kaffe efter en lång dags vandring över fjällvidderna” (Nordqvist, 2024, s. 17).

Bröd, pasta och ris förekom i måltidssammanhang och presenterades även som rekvisita eller en del av bakgrunden som inte betonades särskilt. Bröd förekom ofta till frukost medan pasta och ris förekom som en del av lunch eller middag. Pasta serverades med köttbullar i Alfons-serien. Potatis presenterades som en del av måltiden i Alfons Åberg-serien, men i Pettson-böckerna hade potatis en större och mer regelbunden närvaro. Detta på grund av att knölen förekom som både mat och dekor/pynt. Potatis förekom även i odlingssammanhang i Pettson och Findus-serien. Bröd i smörgåsform hade sin plats i picknickkorgen men även på frukostbordet. Dessutom förekom smörgås som snacks eller mellanmål, alltså vid sammanhang mellan måltider. Gröt presenterades i vardagssammanhang och konsumerades, likt smörgås, till frukost i båda bokserierna. Dock presenterades även gröt som kvällsmat i Pettson-böckerna.

Rött kött och charkuterier närvarade vid både firanden och vardagssituationer i bokserierna. Salami presenterades främst som ett smörgåspålägg, medan köttbullar förekom som en del av eller hela måltiden. Likt några av de tidigare nämnda livsmedelskategorierna presenterades köttbullar i ett flertal olika situationer, exempelvis både som picknick-mat och som måltid. Ägg närvarade i båda bokserierna som både kokt och okokt. Kokt ägg framkom som en del av frukost och okokt ägg var ofta en del av rekvisitan eller bildbakgrunden. Pettson och Findus bor på en gård och har hönor. Därför syntes ofta ägg i denna bokserie som en naturlig del av bakgrunden, exempelvis i hönshuset och trädgården. Ägg syntes även vid bakningssammanhang som en ingrediens i pannkakor. Det fanns inget specifikt sammanhang där ägg alltid närvarade, men i båda bokserierna framställdes livsmedlet som vardagsmat.

Fisk syntes i Pettson-böckerna men inte i Alfons Åberg-serien. I Pettson och Findus-böckerna konsumerades fisk på utflykter och närvarade vid fisketurer. I analysen av Alfons Åberg ingick en fiskprodukt -kaviar- i kategorin “övrigt”. Dess närvaro betonades ej och framkom enbart som en av de varor som Alfons och hans pappa införskaffat sig vid en storhandling. Fruktsoppa och kryddsås var också två rätter som kategoriserades under “övrigt”. Dessa presenterades i måltidssammanhang. Popcorn framkom som ett snacks vid TV-tittande i boken *Alfons och soldatpappan*: “... pappa bjuder ... på popcorn att kaka i soffan medan de kollar” (Bergström, 2019, s. 9).

Förutom ovan nämnda livsmedel grupperades även två olika drycker under kategorin “övrigt” i Alfons Åberg-böckerna. Den ena drycken var en bubblande dryck som närvarade i boken *Aja baja, Alfons Åberg*. Drycken fanns i en lång flaska med kork och en smal flaskhals. Den var brun och bubblande. Alfons pappa syntes med drycken i sex uppslag och för varje uppslag blev mängden dryck som fanns i flaskan mindre. Denna dryck var en del av pappans avkopplingsstund och presenterades i vilo-sammanhang.

Mejeriprodukter framkom i båda bokserierna som vardagsmat. Ost, smör och andra mejerivaror syntes ofta som rekvisita eller dekor, exempelvis på en inköpslista. Grädde närvarade i andra sammanhang, exempelvis som tårtfyllning eller garnering på bakelser. Ärtor och bönor förekom i Pettson och Findus-serien som rekvisita och syntes i odlingssammanhang. I Alfons-Åberg serien närvarade bönor som en del av bakgrunden och i lek. I boken *Kalas, Alfons Åberg!* framkom bönor i leken “gissa bönor” där man gissar hur många bönor som finns i en burk. Alkohol närvarar en gång i Pettson och Findus-serien. Det är i boken *Pettson får julbesök* som Pettson får “juldricka” av sin granne. Sammanhanget framställs som högtidligt och socialt.

Den kvalitativa innehållsanalysen resulterade i tre kategorier som sammanfattade alla sammanhang som relaterade till grönsaker, baljväxter, frukt och bär i båda bokserierna. Dessa var *vardag*, *bakgrund/pynt* och *högtider/speciella tillfällen*. Sötsakers sammanhang i båda bokserierna resulterade i samma kategorier som grönsaker, baljväxter, frukt och bär. För Alfonsböckerna resulterade analysen i två kategorier som sammanfattade värden som associerades med grönsaker, baljväxter, frukt och bär. Dessa var *osignifikant/värdelöst* och *oaptitligt/oätbart*. Analysen av Pettson-serien resulterade i samma kategorier. Förutom dessa, identifierades ännu en kategori i Pettson-serien, *onyttigt*.

I Alfonsböckerna resulterade analysen i två kategorier som sammanfattade värden som associerades med grönsaker, baljväxter, frukt och bär. Dessa var *osignifikant/värdelöst* och *oaptitligt/oätbart*. Analysen av värden kring grönsaker, baljväxter, frukt och bär i Pettson-serien resulterade i samma kategorier. Förutom dessa, identifierades ännu en kategori i Pettson-serien, *onyttigt*. Nio kategorier som sammanfattade värden kring sötsaker identifierades i Alfons Åberg-böckerna. Bland dessa var *gott*, *värdefullt*, *tröst* och *positivt*. Två kategorier sammanfattade värden kring sötsaker i Pettson-böckerna, *gott* och *viktigt*.

## Hur framställs olika livsmedel?

### Sockerrika livsmedel & fika

Sockerrika livsmedel framställdes som goda och önskvärda. Önskan att äta stora mängder av denna livsmedelsgrupp var tydlig i Alfons Åberg-böckerna. Rikliga mängder med bakverk och sötsaker förknippades med glädje och önskvärdhet så som i boken *Listigt, Alfons Åberg!*: “Det är trevligt med farmor ... Hon ... bjuder alltid på kakor från sin fina kakburk. Man får nästan hur många kakor som helst hos henne! De äter massvis” (Bergström, 2019, s. 6). Exempel på en överflödigt konsumtion av sötsaker syntes även i boken *Kalas, Alfons Åberg!*: “‘Han tar tårta en gång till! Det får man väl inte?’ ... ‘Titta, Ubbe fick större bit!’ ... ‘Lugn, barn!’ säger faster Fiffi. ‘Det finns tårta så det räcker Flera gånger om.’ Det är goda tårtor. Alla mumsar så mycket de orkar.” (Bergström, 2018, s. 17).

I Pettson och Findus-serien förekom inte konsumtionen av sötsaker och fikamat i stora mängder så som i Alfons-böckerna. Dock efterfrågas sådan mat, exempelvis pannkakor och chokladpudding, och beskrivs med ord som “smarrig”. I många av böckerna där barn syntes med bakverk, tårtor och andra sockerrika livsmedel var det ett leende på deras ansikten. Därför förknippades dessa typer av livsmedel med glädje. Läs och saft förknippades med barn och en god smak. I boken *Alfons och Milla* förknippades dessa livsmedel även med välmående: “Dom mår så bra. Dom klättrar och spikar och dricker saft ...” (Bergström, 2019, s. 4). Sötsaker associerades också med lekfullhet. Ett exempel på detta är på omslaget till boken *Kalas, Alfons Åberg!* där Alfons syns med ett leende på omslaget med en glass i vardera hand och ballonger som svävar över honom.

Vidare, associerades sockerrika livsmedel också med tröst. I boken *Listigt, Alfons Åberg!* blev Alfons ledsen och tröstade sig själv med kakor: “Det är synd om mej som är så liten så jag inte förstår. Bara en kaka till behöver han. Och en till. Alfons tycker synd om sig flera, flera gånger. Han äter och äter” (Bergström, 2019, s. 14-15). Alfons “kämpade” även för att nå fram till kakorna. Han klättrade upp på en pall för att komma närmare kakkburken som låg högt upp. Förutom att verka som tröst och en källa till glädje, framställdes sötsaker och fika som någonting vackert i båda bokserierna. Kakor serverades på kakfat och bakverk garnerades med färgglada bär och grädde.

I boken *Näpp! sa Alfons Åberg* användes glass för att muta Alfons till att äta upp sin måltid. Glassen framställdes som en belöning: “Men du får en glasspinne efteråt idag. Det blir väl gott! Kom och sätt dej nu.’ ... ‘Du kan få två glassar, förresten! Bara du tar lite köttbullar först.’ ... ‘Eller tre! Tre glassar, Alfons?’” (Bergström, 2019, s. 11).

## Grönsaker, frukt & bär och baljväxter

I Alfons-serien framställdes grönsaker som obetydliga. Deras närvaro betonades inte. De förekom snarare som dekorationer och varor på inköpslistor än något ätbart. Grönsaker närvarade inte en enda gång som en del av en måltid i Alfons Åberg-böckerna. I vissa delar av Pettson-serien framställs grönsaker som oaptitliga, onyttiga och oätliga. Oaptitligheten för morötter uttalades i boken *Pettson får julbesök* när Findus sade “Blää!” till morötter. I boken *Kackel i grönsakslandet* visade katten Findus heller ingen entusiasm för grönsaker, snarare sade han “Jag tycker det räcker att vi odlar min köttbulle ... Det kan säkert inte vara nyttigt med så där mycket grönsaker” (Nordqvist, 2024, s. 26). I Pettson-serien uttalades “oätligheten” för grönsaker, exempelvis när morötter och potatis användes som granpynt. Grönsaker var mer ofta förekommande i Pettson och Findus-böckerna än i Alfons Åberg-serien. Detta då många av Pettson-böckerna utspelade sig utomhus och visade grönsaker i bakgrunden.

Frukt och bär presenterades på olika sätt i bokserierna. I vissa fall presenteras frukt och bär som något värdelöst. Exempelvis i *Var är bus-Alfons?* där det ligger ett avbitet päron på golvet. I Pettson och Findus-serien förknippades frukt och bär med natur och estetik. Detta då de ofta förekom som en del av bakgrunden och som dekoration snarare än något ätbart. Även i Alfons-serien förekom fruktskålar som dekorationer i uppslagen.

Baljväxter förekom i både Alfons- och Pettson-böckerna. Men, de presenterades inte alla gånger som något ätbart. I boken *Kalas, Alfons Åberg!* diskuterades inte bönor som ett livsmedel, utan som en leksak. De användes till kalas-leken “Gissa bönor” som går ut på att gissa hur många bönor som finns i en burk. Den andra gången som baljväxter förekom i Alfons-serien är det som en del av bakgrunden när Alfons packar upp mat från kassar efter att ha storhandlat. I Pettson och Findus-serien syntes baljväxter oftare. Ärtor och bönor förekom i odlingsssammanhang och som rekvisita. Inte en enda gång i någon av bokserierna konsumerades eller syntes baljväxter som en del av en måltid.

## Rött kött & charkuterier, fisk och ägg

Rött kött och charkuterier var centrala och sågs som goda i båda bokserierna. I boken *Näpp! sa Alfons Åberg* presenterades enbart köttbullar som en fullvärdig måltid. Just köttbullar var ett ofta förekommande livsmedel i både Alfons- och Pettson-serien. Därmed var köttbullar ett centralt livsmedel som ofta förekom och konsumerades. I boken *Kackel i grönsakslandet* framstod köttbullar som önskvärda och godare än grönsaker: “Men jag tycker inte om ... potatisar och inte morötter heller. Kan vi inte sätta köttbullar istället?” (Nordqvist, 2024, s. 5). I boken *Pettson får julbesök* framställdes köttbullar som ett lekfullt livsmedel när katten Findus kastade köttbullar upp i luften och fångade dem i munnen. Specifikt köttbullar förekom både som måltid och picknick-mat. Salami förekom i båda bokserierna som smörgåspålägg.

Fisk närvarade bara i Pettson-böckerna. Aborre, gädda och mört förekom på fisketurer. Fisk beskrevs som gott och presenterades på ett “mysigt” vis när de grillades på en brasa. Fisk förknippades med

äventyrlighet, mysighet och en god smak. Ägg förekom som frukostmat och som en bakningsingrediens i Alfons-serien. Ägg förekom ofta kokt och förknippades med vardag och vardagsmat. I Pettson-serien användes ägg oftare som rekvisita i bakgrunden då hönor ofta närvarade i berättelserna. Annars förekom även i Pettson och Findus-böckerna kokt ägg. I serien användes ägg även i pannkakor och var en bakningsingrediens.

## Mejeriprodukter

Mejeriprodukter närvarade i Alfons-serien, men de nämndes ej specifikt förutom i boken *Mera monster, Alfons!* där Alfons associerade grädde med en god smak och önskvärdhet. Vidare, fanns mejeriprodukter med på inköpslistor i bakgrunden. Exempelvis fil framställdes som en bas-och vardagsvara. I Pettson-serien presenterades mejerier som vardagsmat. Smör och ost förekom som vardagliga smörgåspålägg. Även i denna bokserie förknippades grädde med bakelser då det användes som tårtdäcke. Mjök framstod som en törstsläckare då Findus intog drycken när han var törstig. Vidare, syntes mejerier ofta på matbordet eller som en del av bakgrunden vilket signalerade "vardag" eller "stapelvara". Just ost presenterades i Pettson-böckerna på ett sätt som syftade till "rolig- och konstighet". Ost syntes utanför sin kontext, exempelvis i en glaskupol i sovrummet (som något dyrbart), på byrån bredvid slitna kläder och andra småsaker eller som en del av en musfälla.

## Spannmål

Potatis, bröd, pasta och ris förknippades med vardag och normalitet i båda bokserierna. Potatis syntes ofta i bakgrunden i Pettson-böckerna och en gång på matbordet i Alfons-serien. Potatis framstod som oaptitligt och oviktigt enligt katten Findus. Livsmedlet närvarade även som granpynt eller en del av bakgrunden vid odlingssammanhang. Bröd förknippades med frukostmat och syntes ofta på frukostbordet eller som en smörgås med pålägg. Smörgåsar förknippades även med picknickar och utflykter samt vardagen.

Ris framkom som något exotiskt och ovanligt. Den enda gången som ris förekom var i boken *Alfons och soldatpappan* när Alfons blev bjuden på mat hemma hos sin vän med utländskt ursprung. Dock, förekom ris som ingrediens i risgrynsgröt. Risgrynsgröt associerades då med jul. Även havre förekom som gröt i böckerna. Havregrynsgröt associerades med frukost och/eller kvällsmat. Ingen specifik attityd till havre presenterades.

## Drycker

Kaffe presenterades som en självklar del av alla sammanhang. Detta demonstrerades då kaffekoppar ofta syntes i karaktärernas händer eller i bakgrunden. I Alfons Åberg-serien associerades kaffe med vuxna. Drycken framställdes på ett sådant sätt som antydde ett beroende eller en nödvändighet att konsumera kaffe för att kunna "fungera normalt i vardagen". I Pettson-böckerna begränsades inte intaget av kaffe enbart till vuxna. Även djur och katten Findus– som framställs likt ett barn- syntes dricka kaffe. Ett exempel var i boken *Var är Pettson?:* "Där satt några hönor och drack kaffe i syrenbersån" (Nordqvist, 2023, s. 6). Kaffe presenterades alltså som en självklarhet för både människor och djur samt vuxna och barn. Kaffe associerades även med tillslag av energi som bland annat demonstrerades i boken *Stackars Pettson:*

Katten Findus däremot var desto piggare. Han kunde inte sitta stilla ett ögonblick och det ville han inte heller. Han för runt på stolen, bet sig i svansen, upp på bordet, tog en slurk kaffe, iväg med en sockerbit, efter den ner på golvet, upp i soffan, tillbaka till bordet ... (Nordqvist, 2024, s. 5).

Vatten förekom sällan (n=1) i bokserierna och framstod inte som något nödvändigt. Den gången som vatten närvarade förknippades det med tandborstning och munsköljning snarare än något att dricka vid törst. Alkohol associerades med jul och firande.

## **Torrvaror och övrigt**

Mjöl förknippades med bakning, medan salt, peppar och andra kryddor associerades med vardagen. "Kryddsås" förknippades med utländsk och främmande mat. Övriga livsmedel som förekom i bokserierna presenterades i olika sammanhang och vid olika tillfällen. Alla associerades inte med något särskilt värde, men den "bubblande dryck" som Alfons Pappa konsumerade förknippades med avkoppling. Även den oidentifierbara "dricka" som Alfons drack i boken *God natt, Alfons Åberg* framställdes som en törstsläckare. Popcorn i boken *Alfons och soldatpappan* associerades med TV-tittande och något som man åt utan fokus.

# Diskussion

## Metoddiskussion

### Trovärdighet

Kristensson (2014) skriver att trovärdighetsbegreppet handlar om huruvida studieresultaten stämmer överens med verkligheten. En studies trovärdighet kan, enligt Kristensson (2014), delas in i fyra olika begrepp som bör tas hänsyn till under studiegången; tillförlitlighet, överförbarhet, giltighet och verifierbarhet.

Tillförlitlighet beskriver sanningshalten i arbetet och handlar om ifall tolkningar och slutsatser grundar sig i empiri eller i egna åsikter och uppfattningar. Elo m.fl. (2014) presenterar en rad faktorer som associeras med tillförlitlighet i just en kvalitativ analys. En av dem är att ha ett lämpligt urval. Urvalet i denna studie har motiverats och redogjorts för i metoddelen. Bokserierna som valdes är båda med i listan över de bäst säljande barnböckerna i Sverige och båda läses i verksamheter såsom förskolan, vilket innebär att barn redan i tidig ålder exponeras för deras innehåll och budskap. Dessutom granskades båda bokserierna i sin helhet, det vill säga att hela urvalet analyserades och ingen bok uteslöts, vilket bidrar till studiens tillförlitlighet (Elo m.fl., 2014).

Begreppet överförbarhet beskriver i hur stor utsträckning som forskningsresultaten är applicerbara i andra kontexter och är en fråga om huruvida resultaten går att generalisera till andra sammanhang eller inte (Kristensson, 2014). Graneheim och Lundman (2004) beskriver överförbarhet som en rimlighetsbedömning som görs av läsaren. En noggrann beskrivning av studiens deltagare, datainsamling och kontext är ett sätt att stärka arbetets överförbarhet (Graneheim & Lundman, 2004). I denna studie har det redogjorts och argumenterats för urvalet, datainsamlingen och studiekontexten i metoddelen.

Begreppet giltighet gäller empirins och resultatets stabilitet över tid (Kristensson, 2014). Relaterat till giltighet skriver Funck och Karlsson (2021) att det är viktigt att vara tydlig med och argumentera för olika val som har gjorts under studiegången. Dem skriver att man exempelvis gör detta genom att förse läsare med noggranna beskrivningar av inklusions- och exklusionskriterier. Även om ett bekvämlighetsurval användes i denna studie har det förklarats varför de böcker som inte deltog i analysen uteblev. Funck och Karlsson (2021) skriver även att en styrka med metoden dokumentanalys är att den används för att behandla stora material. De skriver att innebörden av detta är att studieresultaten ofta kan generaliseras till hela populationer eller att man enklare kan uttala sig om ett koncept i sin fullständighet. Därför argumenteras det för att slutsatser i studier där dokumentanalys används som metod är giltiga i mer omfattande utsträckning än till exempel fallstudier (Funck & Karlsson, 2021).

Verifierbarhet innebär att en studie borde kunna verifieras genom att exempelvis upprepa den i framtiden och få likadana resultat (Kristensson, 2014). Shenton (2004) menar att verifierbarhet handlar om ifall slutsatser har baserats på empirin eller författarens åsikter och förutfattade meningar. Han skriver att forskaren bör förse läsare med en noggrann metodologisk beskrivning för att öka studiens generaliserbarhet. I denna studie redogörs för metodologiska tillvägagångssätt i metoddelen. Studiens kvantitativa frågeställningar är verifierbara då urval och tillvägagångssätt har redogjorts för. Dock, har arbetet även behandlat kvalitativa frågeställningar vars resultat kan vara svårare att verifiera då de bygger på tolkningar.

Som en del av arbetet, har en kvalitativ innehållsanalys utförts. Detta kan påverka studiens verifierbarhet då kvalitativ innehållsanalys till viss del bygger på forskarens tolkningar, skriver Graneheim och Lundman (2004). De menar att det alltid existerar en viss grad av tolkning, oberoende av vilken texttyp som läses. Graneheim och Lundman (2004) skriver att tolkningens trovärdighet ökar om resultaten presenteras på ett sätt som ger utrymme för läsare att söka efter alternativa tolkningar.

Därmed är frågan inte *om* tolkning existerar i den kvalitativa innehållsanalysen, utan *hur* texten har tolkats. Kristensson (2014) betonar detta och menar att meningen med en kvalitativ innehållsanalys inte är att komma fram till enbart en slutsats eller teori. Meningen med en kvalitativ innehållsanalys, skriver han, är snarare att hitta likheter och skillnader i texten som analyseras. I metoddelen (se tabell 4) har ett utdrag ur den kvalitativa innehållsanalysen redovisats. Detta för att förse läsarna med en förståelse kring hur analysen skett.

## Metodologiska aspekter

Kristensson (2014) skriver att begreppet triangulering innebär att två eller flera individer tillsammans analyserar ett insamlingsmaterial. Han menar att triangulering syftar till att stärka resultatets trovärdighet och motverka att resultatet påverkas av forskarens förförståelser. En svaghet i denna studie är att insamlingsmaterialet inte har genomgått en extra analys av en utomstående forskargrupp. Detta är en faktor som kan bidra till en ökad benägenhet för resultatet att ha påverkats av författarens förutfattade meningar. Dock, har studiens arbetsgång präglats av konstruktiv kritik från en handledare som är utbildad och verksam inom ämnesområdet.

Urvalet var relativt litet och omfattade inte alla barnboksserier som anses vara populära i Sverige. Detta medför svårigheter att överföra studieresultaten till andra kontexter och urval. Ett flertal av de livsmedelskategorier som redovisats i resultatet inspirerades av både Livsmedelsverket (2023) och NNR2023, dock kunde inte alla livsmedel sorteras in i dessa kategorier. Samtidigt, hörde majoriteten av livsmedlen till kategorier som Livsmedelsverket (2023) och NNR2023 benämnt.

Vidare, gick inte alla livsmedel som förekom i bokserierna att utvärdera i relation till näringsrekommendationer i bland annat NNR2023. Detta då somliga livsmedels näringsvärden var oklara. Exempelvis framkom det ej ifall den mjölk som dracks hade låg fetthalt eller om det bröd som åts var bakat med fullkorn och/eller nyckelhålmärkt. Därför medfördes en svårighet att klassificera och tolka sådana livsmedel som hälsosamma eller ohälsosamma. Detta kan vara en svaghet i studien då innehållet i livsmedel inte framkom tydligt nog för att kunna evalueras i relation till deras nyttig- eller onyttighet.

## Resultatdiskussion

Sammanfattat visade resultatet att den vanligast förekommande livsmedelskategorin i bokserierna var *sockerrika livsmedel och fika* som förekom i 27,8% av uppslagen i Alfons-böckerna och 47,6% i Pettson-böckerna. Därefter var *torrvaror, frukt och bär* samt *kaffe/te* populära kategorier. Olika livsmedel förekom i olika sammanhang. Det vanligaste sammanhanget var vardag. Frukt och bär, grönsaker samt baljväxter presenterades som en del av bakgrundsbilden eller likt rekvisita. Ett större fokus lades på sockerrika livsmedel och fikamat vilka bland annat associerades med välmående, aptitlighet och stora mängder. Detta går i linje med Goldman och Descartes (2016) som fann att sötsaker i barnböcker ofta hade en central placering och positiv effekt, medan frukt och grönsaker var mindre sannolika att ha en central placering eller positiv effekt. Resultaten skiljer sig från Hancock (2008) som i sin kandidatuppsats fann att barnböcker skildrade hälsosam kost i större utsträckning än ohälsosam.

Goldman och Descartes (2016) analyserade 69 barnböcker och fann att grönsaker förekom i 35% av böckerna. Även England m.fl. (2015) noterade förekomsten av grönsaker i 29% av de 63 barnböcker som analyserades. Likt resultaten från dessa studier visade denna analys att grönsaker förekom i cirka 27% av uppslagen i Pettson-böckerna. Dock syntes grönsaker enbart i cirka två procent av Alfons-böckerna. I analysen identifierades även användandet av starka negativa ord så som "Blää!" i relation till grönsaker. Detta går i linje med Matvienko (2016) som identifierade ord som "dum", "äcklig" och "hat" vid hänvisning till mat som ogillades i bilderböcker.

Baljväxter förekom i ännu mindre grad än grönsaker- fem procent i Pettson-böckerna och en procent i Alfons-böckerna. Värderna som förknippades med grönsaker och baljväxter var bland annat aptitlighet.

Det kan vara problematiskt att framställa grönsaker och baljväxter som oaptitliga då barn är benägna att ta till sig av de budskap som förmedlas via böcker (Kärnebro, 2018). Förslagsvis kan det vara mer gynnsamt att framställa vegetabilier positivt då de associeras med ett flertal hälso- och miljöfördelar (Blomhoff m.fl., 2023)

De livsmedelsgrupper som associeras med negativa hälsoeffekter enligt bland andra Blomhoff m.fl. (2023) porträtterades positivt i bokserierna. Sötsaker, läsk, saft och annan fikamat associerades med glädje, vardag och stora mängder. I motsats till detta rekommenderas man i NNR2023 att begränsa intaget av sådan mat. Likt denna analys har andra studier visat att sötsaker ofta associeras med positiva värden i barnböcker (Byrne & Nitzke, 2000; Goldman & Descartes, 2016).

En fördel med den positiva attityden till sockerrika livsmedel och fikamat som identifierades i böckerna är att just att den inte är negativ. Även om sötsaker och fikamat associeras med ett flertal negativa hälsoutfall vid en överdriven konsumtion menar Scaglioni m.fl. (2018) att en extrem kontroll av barns matintag förknippas med ohälsosamma matbeteenden. Ett av dessa är konsumtionen av välsmakande och tilltalande livsmedel för att hantera negativa känslor. Hon skriver även att restriktiva matningsmetoder kan verka kontraproduktivt genom att resultera i ett ökat intag av restriktiva livsmedel. Därför bör man vara medveten om de negativa effekter som associeras med en överdrivet restriktiv diet. Dock kan det även vara viktigt att inte försköna eller främja intaget av sötsaker på bekostnad av vegetabilier.

I denna studie iaktogs även att sötsaker såsom bakverk och tårter ofta presenterades dekorativt och serverades på kakfat. Samtidigt, presenterades frukt på ett mindre aptitligt sätt, exempelvis ett avbitet päron på golvet i boken *Var är bus-Alfons?*. Det är diskutabelt och problematiskt att försköna sötsaker i barnböcker då det förmedlar ett felaktigt budskap till barn. Dessutom spelar intryck från den omgivande miljön en viktig roll i etableringen av barns matvanor (Scaglioni m.fl., 2011).

Analysen visade att glass användes som en belöning och muta i boken *Näpp! sa Alfons Åberg*. Att locka barn till att äta ett visst livsmedel genom att muta den med ett annat går emot rekommenderade matningsstrategier (Matvienko, 2016). Jansen m.fl. (2020) menar att "en ond cirkel" kan uppstå när barn som visar en viss inställning till ett livsmedel belönas med mat av sina vårdnadshavare. Detta då det kan bidra till ohälsosamma matvanor så som kräsenhet och känslomässigt ätande (Jansen, 2020). Det här visar att det förutom förekomsten av olika livsmedel även är viktigt att granska hur de framställs och beteenden relaterade till mat och dryck. Detta då bilderböcker beskrivs som ett enkelt och lämpligt verktyg för att undervisa barn om näring hemifrån (Matvienko, 2016).

Stone m.fl. (2024) skriver att emotionellt ätande är konsumtionen av energität och välsmakande mat som svar på negativa känslor, exempelvis sorg. I linje med detta, uppträdde emotionellt ätande och tröstätande i böckerna. Det är ogynnsamt att barn i unga åldrar exponeras för detta beteende i barnböcker. Detta då emotionellt ätande är ett beteende som utvecklas tidigt i barndomen och påverkas av barnets omgivande miljö (Stone m.fl., 2024). Dessutom associeras emotionellt ätande med hälsotillstånd såsom barnfetma (Stone m.fl., 2024). Det är viktigt att författare och illustratörer till barnböcker utvecklar en förståelse för hur olika budskap som boken förmedlar kan påverka barn och uppmuntra dem till hälsofrämjande eller ohälsosamma matvanor och matbeteenden.

Med fokus på proteinkällor var livsmedelskategorin "rött kött och charkprodukter" mer ofta förekommande än baljväxter, fisk och ägg i båda bokserierna. Trots den låga förekomsten av fisk i bokserierna, associerades fisk med goda värden såsom äventyrlighet, god smak och "mysighet" när det väl förekom. Detta är positivt då näringsrekommendationer främjar ett ökat fiskintag (Blomhoff m.fl., 2023). Baljväxter i Alfons Åberg-serien framställs som icke-ätbart och används som en leksak. Det är problematiskt att framställa baljväxter som oaptitligt och avskräcka barn från dess konsumtion. Detta då konsumtionen av baljväxter hos svenska barn är låg (cirka en gång per månad) och behöver öka (Livsmedelsverket, 2003). Även England m.fl. (2015) fann en negativ attityd till baljväxter i barnböcker. Detta är i motsats till kostråd i bland annat NNR2023 som uppmuntrar till ett begränsat

intag av rött kött och processat kött samt ett ökat intag av baljväxter och fisk. Ägg associerades med frukost och vardag i bokserierna och förekom varken i överdrivet små eller stora mängder. Detta är förenligt med kostrekommendationer som rekommenderar ett måttligt intag av ägg (Blomhoff m.fl., 2023).

En fullvärdig måltid bör innehålla grönsaker/rotfrukter, spannmål och protein från exempelvis fisk, ägg och/eller baljväxter (Livsmedelsverket, 2024). Enligt tallriksmodellen (för friska individer) bör en måltid till största del bestå av grönsaker/rotfrukter och spannmål, medan kött, fisk, ägg och/eller baljväxter bör utgöra en mindre del av portionen (Livsmedelsverket, 2024). Därför kan det vara missvisande att Alfons måltid i boken *Näpp! sa Alfons Åberg* enbart består av köttbullar. I ett flertal av de analyserade böckerna presenteras icke-fullvärdiga måltider som antingen saknar eller innehåller för lite av grönsaker/rotfrukter och baljväxter. Detta kan ge barn en förvrängd bild av hur en näringsrik och komplett måltid bör se ut.

Kaffe hade en hög förekomst i båda bokserierna och var den dryck som anträffades flest gånger. Detta är inte nödvändigtvis negativt då näringsrekommendationer inte helt avråder från konsumtionen av kaffe (Blomhoff, 2023). Dock rekommenderas en måttlig konsumtion av kaffe och te i NNR2023. Det kan vara problematiskt att katten Findus även konsumerar kaffe i Pettson-serien. Detta då Findus framställs likt ett barn, vilka NNR2023 anser inte bör inta mer än tre milligram koffein per kilo kroppsvikt per dag. Även Torres-Ugalde (2020) skriver om negativa effekter av koffein på barn. Bland dessa är ett hämmande av barns tillväxt och utveckling. Vatten förekom betydligt mindre än kaffe i böckerna, trots att det i kostrekommendationer står att vatten bör vara det föredragna valet av dryck (Blomhoff m.fl., 2023). I linje med denna studies fynd fann Goldman och Descartes (2016) också att kaffe närvarade fyra gånger så mycket som vatten i barnböcker.

Den svenska matkulturen präglade böckerna. Salt syntes mest av alla kryddor och närvarade ofta på matbordet. Detta går i linje med Backman (2011) som menar att andra kryddor och örter används sparsamt i det svenska köket. Råvaror som vanligtvis odlas i Sverige nämns i båda bokserierna. Potatis, morötter, havre och äpplen är exempel. Detta är positivt då barn stimuleras till att i huvudsak konsumera svenska råvaror vilket, enligt Livsmedelsverket (2023b), är gynnsamt ur både hälso- och miljösynpunkt. Backman (2011) benämner livsmedel och maträtter såsom kaviar, köttbullar, pannkakstårta, gröt, saft, kaffe, sötsaker, havregrynsgröt och smörgås som delar av den svenska matkulturen. Alla dessa livsmedel närvarade i bokserierna. En anledning till detta kan vara att författarna vill inkludera mat och dryck som de flesta barn känner igen. Backman (2011) betonar även konceptet fika och dess närvaro i Sverige. Hon skriver att Sverige är ett av de länder som konsumerar mest kaffe, vilket kan vara orsaken till den höga förekomsten av kaffe i bokserierna.

Även överätande och stora mängder sötsaker och fika förekom i böckerna. Matvienko (2016) fann också i sin analys kring matbeteenden i barnböcker att överätande och eftergivenhet för livsmedel var uppträdande. Precis som i boken *Listigt, Alfons Åberg!* där Alfons använde en pall för att nå upp till kakor på hyllan, fann Matvienko (2016) att barnböcker presenterade ansträngning och kamp för att nå fram till önskad mat. Då barn ofta tar till sig de budskap som böcker förmedlar är det problematiskt att "lära" barn att smyga och nå fram till mat som de inte borde ha fri tillgång till (Kärnebro, 2018).

Angående applicerbarheten av studiens resultat är det viktigt att vara medveten om att varken en överdriven restriktion av sockerrika livsmedel och fikamat eller en negativ attityd till vegetabilier är gynnsam (Blomhoff m.fl., 2023; Scaglioni m.fl., 2018). Snarare, bör vårdnadshavare och andra vuxna vara medvetna om lämpliga sätt att tala om missvisande innehåll i barnböcker. I linje med detta uppmanar Matvienko (2016) föräldrar och pedagoger att förhandsgranska barnböcker för att bekräfta att olika budskap som förmedlas är lämpliga i relation till barns mognadsnivå.

## Slutsatser och implikationer

Sammantaget visade resultaten av denna studie att livsmedelsintaget i barnboksserierna Alfons Åberg och Pettson och Findus inte uppmuntrade till hälsofrämjande matvanor så som det framhålls i de aktuella näringsrekommendationerna (Blomhoff m.fl., 2023). *Sockerrika livsmedel och fika* var den livsmedelskategori som förekom mest följt av *torrvaror, frukt och bär* samt *kaffe/te*.

Livsmedelskategorierna framkom i olika sammanhang, därav bland annat vardag, fika, kalas och firande. Ingen begränsning lades gällande intaget av sötsaker som till exempel konsumerades vid kvällsmat. Denna livsmedelsgrupp användes som belöning, muta och associerades med positiva värden så som glädje och välmående.

Livsmedel som förknippas med hälsofördelar, exempelvis grönsaker och baljväxter, associerades med flera negativa attityder och värden såsom oaptitlighet och onyttighet. Detta trots att barn är benägna att följa och lära sig av de budskap som förmedlas genom bilderböcker (Kärnebro, 2018). Vegetabilier hade ingen utmärkande närvaro och syntes främst som dekoration.

Den höga förekomsten av ohälsosamma livsmedel och den negativa attityden som framställdes i relation till hälsofrämjande livsmedelsgrupper tyder på en bristande kunskap i bilderbokens roll som budskapsbärare för barn. Denna studie visar hur två populära barnboksserier som förutom i hushåll även närvarar i förskolor framställer olika livsmedel och förmedlar olika matbudskap. Studieresultaten är av betydelse för de som strävar efter att främja etableringen av hälsosamma kostvanor redan vid en ung ålder. Föräldrar/vårdnadshavare bör vara medvetna om olika faktorer som har setts påverka matvanor hos barn. Föräldrar uppmuntras att undervisa barn om hälsofrämjande kostvanor och förmedla nyttiga matbudskap (Scaglioni, 2011). Detta kan vara viktigt ifall barn har påverkats av missvisande budskap kring vad en hälsosam kost är från omringande media, därav böcker. Resultaten är även relevanta för författare och illustratörer som är engagerade i att förmedla hälsofrämjande kostbudskap till barn genom deras böcker.

Ytterligare studier som undersöker framställningen av mat och dryck i barnböcker efterfrågas. Detta för att konstatera huruvida denna studies fynd stämmer överens med andra barnböcker och ifall resultaten går att generaliseras och överförs till andra urval. Det kan även vara relevant att undersöka föräldrars och vårdnadshavares roll i förmedlandet av matbudskap till barn via böcker. Ofta är det vårdnadshavarna som läser böckerna för små barn, därav är deras berättar-sätt av intresse. Kanske negativa budskap om vegetabilier neutraliseras med hjälp av lämpliga kommentarer från vårdnadshavare. Vidare förslag på forskning är att undersöka skillnaden mellan matbudskap som förekommer i text och de som syns i bild. Detta är bland annat av relevans för synsvaga barn som enbart kan höra text och inte se bild.

## Referenser

Alfons.se. (u.å.). *Vem är Alfons Åberg?*. Hämtad 2024-04-11 från <https://alfons.se/alfons/fakta/>

Andersson, E. (2024). *Allt om Alfons Åberg och våra bästa tips på Alfons Åberg-böcker*. Svenska barnböcker. Hämtad 2024-04-11 från <https://www.svenskabarnbocker.se/artiklar/alfons-berg-bocker#alfons-alder>

Andersson, Y. (2023). *Småungar & medier 2023: En statistisk undersökning av medieanvändningen bland barn i åldern 0-8 år (2001-6840)*. Statens medieråd. [https://www.mediemyndigheten.se/globalassets/rapporter-och-analyser/ungar-och-medier/smaungar-och-medier-2023\\_anpassad.pdf](https://www.mediemyndigheten.se/globalassets/rapporter-och-analyser/ungar-och-medier/smaungar-och-medier-2023_anpassad.pdf)

Arnesen, E. K., Thorisdottir, B., Lamberg-Allardt, C., Bärebring, L., Nwaru, B., Dierkes, J., Ramel, A., & Åkesson, A. (2022). Protein intake in children and growth and risk of overweight or obesity: A systematic review and meta-analysis. *Food & nutrition research*, 66, 10.29219/fnr.v66.8242. <https://doi.org/10.29219/fnr.v66.8242>

Backman, V. B. (2011). Sweden. I K. Albala (Red.), *Food Cultures of the World Encyclopedia* (s. 359-366). Bloomsbury Publishing USA.

Barnens bibliotek. (2021). *Fakta om Sven Nordqvist*. <https://www.barnensbibliotek.se/forfattare/n/svennordqvist>

Billups, F. (2021). Document and artifact analysis tools. In *Qualitative Data Collection Tools: Design, Development, and Applications* (s. 144-152). SAGE Publications, Inc., <https://doi.org/10.4135/9781071878699>

Birch, L., Savage, J. S., & Ventura, A. (2007). Influences on the Development of Children's Eating Behaviours: From Infancy to Adolescence. *Canadian journal of dietetic practice and research : a publication of Dietitians of Canada = Revue canadienne de la pratique et de la recherche en dietetique : une publication des Dietetistes du Canada*, 68(1), s1-s56.

Blomhoff, R., Andersen, R., Arnesen, E. K., Christensen, J. J., Eneroth, H., Erkkola, M., ... Trolle, E. (2023). *Nordic Nutrition Recommendations 2023 : Integrating Environmental Aspects*. Nordic Council of ministers. <https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1769986/FULLTEXT06.pdf>

Bowen, G.A. (2009). Document Analysis as a Qualitative Research Method. *Qualitative Research Journal*, 9, 27-40.

Byrne, E. M., & Nitzke, S. A. (2000). Nutrition messages in a sample of children's picture books. *Journal of the American Dietetic Association*, 100(3), 359-362. [https://doi.org/10.1016/S0002-8223\(00\)00109-7](https://doi.org/10.1016/S0002-8223(00)00109-7)

Cena, H., & Calder, P. C. (2020). Defining a Healthy Diet: Evidence for The Role of Contemporary Dietary Patterns in Health and Disease. *Nutrients*, 12(2), 334. <https://doi.org/10.3390/nu12020334>

Dahlgren, S. (2024, 19 januari). *Topplista hela året 2023: Barnböcker*. Boktugg. <https://www.boktugg.se/2024/01/19/topplista-hela-aret-2023-barnbocker/>

DalGLISH, S. L., Khalid, H., & McMahan, S. A. (2021). Document analysis in health policy research: the READ approach. *Health policy and planning*, 35(10), 1424-1431. <https://doi.org/10.1093/heapol/czaa064>

- England, J. L., Linchey, J., Madsen, K. A., & Patel, A. I. (2015). Reach Out and Eat: Food and Beverages Depicted in Books for Preschoolers. *Clinical pediatrics*, 54(13), 1257–1264. <https://doi.org/10.1177/0009922815574078>
- Floser, L. (2022, 19 maj). Kalas, Alfons Åberg!. *Samlingsbloggen*. <https://www.kb.se/hitta-och-bestall/samlingsbloggen/blogginlagg/2022-05-19-kalas-alfons-aberg.html>
- Folkhälsomyndigheten. (2023a, 16 februari). *Försämrade matvanor i Sverige*. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2023/februari/forsamrade-matvanor-i-sverige/>
- Folkhälsomyndigheten. (2023b). *Riktlinjer och rekommendationer om mat*. Hämtad 2024-01-26 från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/mat-fysisk-aktivitet-overvikt-och-fetma/mat/riktlinjer-och-rekommendationer-om-mat/>
- Folkhälsomyndigheten. (2023c). *Övervikt och fetma*. Hämtad 2024-03-27 från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/mat-fysisk-aktivitet-overvikt-och-fetma/overvikt-och-fetma/>
- Funck, E. K., & Karlsson, T. S. (2021). *Handbok för systematiska litteratur- och dokumentstudier inom samhällsvetenskapen* (Förvaltningshögskolans rapportserie, 21:158). Förvaltningshögskolan. [https://gupea.ub.gu.se/bitstream/handle/2077/67445/gupea\\_2077\\_67445\\_1.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://gupea.ub.gu.se/bitstream/handle/2077/67445/gupea_2077_67445_1.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Fäldt, A. (2019). *Språkundersökning och screening*. Rikshandboken i barnhälsovård. Hämtad 2024-04-07 från <https://www.rikshandboken-bhv.se/metoder--riktlinjer/sprakundersokning-och-screening/>
- Goldman, J. A., & Descartes, L. (2016). Food depictions in picture books for preschool children: Frequency, centrality, and affect. *Appetite*, 96, 203–208. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.09.018>
- Graneheim, U. H., & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse education today*, 24(2), 105–112. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2003.10.001>
- Grbich, C. (2013). Incorporating data from multiple sources: mixing methods. I *Qualitative Data Analysis: An Introduction* (s. 25-38). SAGE Publications Ltd, <https://doi.org/10.4135/9781529799606>
- Hancock, T. (2008). *Att arbeta med barnlitteratur och kostvanor i förskolan*. [Kandidatuppsats, Högskolan i Gävle]. Digitala Vetenskapliga Arkivet. <http://www.diva-portal.se/smash/get/diva2:128480/FULLTEXT01.pdf>
- Heath, P., Houston-Price, C., & Kennedy, O. B. (2014). Let's look at leeks! Picture books increase toddlers' willingness to look at, taste and consume unfamiliar vegetables. *Frontiers in psychology*, 5, 191. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00191>
- Hedemark, Å., & Lindsköld, L. (2023). *Läsning - lösningen på samhällets problem?*. Digiteket. <https://digiteket.se/app/uploads/2023/10/lasningen-losningen-pa-samhallets-problem-uppdaterad.pdf>
- Höglund-Nielsen, B. & Granskär, M. (red.) (2017). *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård*. (Tredje upplagan). Lund: Studentlitteratur.
- Jansen, P. W., Derks, I. P. M., Mou, Y., van Rijen, E. H. M., Gaillard, R., Micali, N., Voortman, T., & Hillegers, M. H. J. (2020). Associations of parents' use of food as reward with children's eating

behaviour and BMI in a population-based cohort. *Pediatric obesity*, 15(11), e12662.  
<https://doi.org/10.1111/ijpo.12662>

Jones, A., Rådholm, K., & Neal, B. (2018). Defining 'Unhealthy': A Systematic Analysis of Alignment between the Australian Dietary Guidelines and the Health Star Rating System. *Nutrients*, 10(4), 501.  
<https://doi.org/10.3390/nu10040501>

Koivisto Hursti U. K. (1999). Factors influencing children's food choice. *Annals of medicine*, 31 Suppl 1, 26–32.

Kristensson, J. (2014). *Handbok i uppsatsskrivande och forskningsmetodik för studenter inom hälso- och vårdvetenskap*. (1. utg.) Stockholm: Natur & Kultur.

Kulturrådet. (2023). *Nuläge om barns och ungas läsning - med samverkan i fokus* (978-91-89748-05-7). Statens kulturråd 2023.  
[https://www.kulturradet.se/globalassets/start/publikationer/2023/nulage-om-barns-och-ungas-lasning\\_web.pdf](https://www.kulturradet.se/globalassets/start/publikationer/2023/nulage-om-barns-och-ungas-lasning_web.pdf)

Kärnebro, K. (2018). *Viktigt att skapa stimulerande läsmiljöer i förskolan*. Skolverket.  
<https://www.skolverket.se/skolutveckling/forskning-och-utvarderingar/artiklar-om-forskning/viktigt-att-skapa-stimulerande-lasmiljoer-i-forskolan>

Livsmedelsverket. (2016a). *Barns matvanor ur ett sensoriskt och pedagogiskt perspektiv*.  
[https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2016/barns\\_matvanor\\_sen\\_soriskt\\_pedagogiskt\\_perspektiv\\_livsmedelsverket\\_11\\_2016.pdf](https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2016/barns_matvanor_sen_soriskt_pedagogiskt_perspektiv_livsmedelsverket_11_2016.pdf)

Livsmedelsverket. (2016b). *Bra måltider i förskolan - hanteringsrapport: fördjupning och bakgrund till revideringen av råden "Bra måltider i förskolan" 2016*.  
<https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2016/bra-maltider-i-forsko-lan---hanteringsrapport-2016.pdf>

Livsmedelsverket. (2023b). *Grönsaker, baljväxter och frukt*. Hämtad 2024-05-11 från  
<https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/miljo/miljosmarta-matval2/gronsaker-baljvaxter-frukt>

Livsmedelsverket. (2023a). *Livsmedelsverkets livsmedelsdatabas version 2023-06-13*.  
<https://soknaringsinnehall.livsmedelsverket.se/>

Livsmedelsverket. (2023c). *Måltider i förskolan*. Hämtad 2024-04-07 från  
<https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-vard-skola-och-omsorg/forskola>

Livsmedelsverket. (2015). *Nyckelhålet - enkelt att välja nyttigt*.  
[https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyler-foldrar/nyckelhalet\\_broschyr\\_webb.pdf](https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyler-foldrar/nyckelhalet_broschyr_webb.pdf)

Livsmedelsverket. (2023d). *Riksmaten barn*. Hämtad 2024-03-27 från  
<https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/matvanor---undersokningar/riksmaten-barn-2023>

Livsmedelsverket. (2003). *Riksmaten - barn 2003: Livsmedels- och näringsintag bland barn i Sverige*.  
[https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/matvanor-halsa-miljo/kostrad-matvanor/matvaneundersokningar/riksmaten--barn\\_2003\\_livsmedels\\_och\\_naringsintag\\_bland\\_barn\\_i\\_sverige1.pdf](https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/matvanor-halsa-miljo/kostrad-matvanor/matvaneundersokningar/riksmaten--barn_2003_livsmedels_och_naringsintag_bland_barn_i_sverige1.pdf)

Livsmedelsverket. (2024). *Tallriksmodellen*. Hämtad 2024-05-10 från  
<https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad/tallriksmodellen>

- Livsmedelsverket. (2023e). *Transfett*. Hämtad 2024-04-04 från <https://www.livsmedelsverket.se/livsmedel-och-innehall/naringsamne/fett/transfett>
- Matvienko O. (2016). Qualitative Analysis of Dietary Behaviors in Picture Book Fiction for 4- to 8-Year-Olds. *Journal of nutrition education and behavior*, 48(9), 602–608.e1. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2016.06.005>
- Monterrosa, E. C., Frongillo, E. A., Drewnowski, A., de Pee, S., & Vandevijvere, S. (2020). Sociocultural Influences on Food Choices and Implications for Sustainable Healthy Diets. *Food and nutrition bulletin*, 41(2\_suppl), 59S–73S. <https://doi.org/10.1177/0379572120975874>
- Nextory AB. (2024). *Nextory* (Version 5.11.0) [Mobilapp]. App store. <https://apps.apple.com/se/app/nextory-ljudb%C3%B6cker-e-b%C3%B6cker/id993578896>
- Nodelman, P. (1988). *Words about pictures: The narrative art of children's picture books*. University of Georgia Press. [https://books.google.se/books?hl=sv&lr=&id=IdCwtcCmN9oC&oi=fnd&pg=PP1&ots=hKzFb0pC9c&sig=T3Xg0FUCFRjqMtSxFIsTVLToOfg&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.se/books?hl=sv&lr=&id=IdCwtcCmN9oC&oi=fnd&pg=PP1&ots=hKzFb0pC9c&sig=T3Xg0FUCFRjqMtSxFIsTVLToOfg&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Olafsdottir, S. and Berg, C. (2016), Food appearances in children's television programmes in Sweden. *International Journal of Consumer Studies*, 40: 484-491. <https://doi.org/10.1111/ijcs.12266>
- Opal. (u.å.-b). *Mer om Pettson och Findus*. Pettson och Findus. Hämtad 2024-04-12 från <https://pettsonochfindus.se/mer-om-pettson-och-findus/>
- Opal. (u.å.-a). *Findus*. Pettson och Findus. Hämtad 2024-04-12 från <https://pettsonochfindus.se/findus/>
- PRV (Patent- och registreringsverket). (u.å.). *Upphovsrätt*. Hämtad 2024-04-23 från <https://www.prv.se/sv/upphovsratt/>
- Rabén & Sjögren. (2022, 18 januari). *Alfons Åberg fyller 50 år!*. <https://www.rabensjogren.se/201846-alfons-aberg-fyller-50-ar>
- SBI (Svenska barnboksinstitutet). (2023). *Bokprovning på svenska barnboksinstitutet: En dokumentation-Årgång 2022*. <https://www.barnboksinstitutet.se/wp-content/uploads/2023/04/Dokumentation-2023.pdf>
- Scaglioni, S., De Cosmi, V., Ciappolino, V., Parazzini, F., Brambilla, P., & Agostoni, C. (2018). Factors Influencing Children's Eating Behaviours. *Nutrients*, 10(6), 706. <https://doi.org/10.3390/nu10060706>
- Schreier, M. (2012). Introduction: what is qualitative content analysis?. In *Qualitative Content Analysis in Practice* ( First Edition ed., Vol. 0, s. 1-19). SAGE Publications, Inc, <https://doi.org/10.4135/9781529682571>
- Schwartz, C., Scholtens, P. A., Lalanne, A., Weenen, H., & Nicklaus, S. (2011). Development of healthy eating habits early in life. Review of recent evidence and selected guidelines. *Appetite*, 57(3), 796–807. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2011.05.316>
- Shenton, A. K. (2004). Strategies for ensuring trustworthiness in qualitative research projects. *Education for Information*, 22(2), 63-75. doi: 10.3233/EFI-2004-22201
- Shrestha, R., & Copenhaver, M. (2015). Long-Term Effects of Childhood Risk Factors on Cardiovascular Health During Adulthood. *Clinical medicine reviews in vascular health*, 7, 1–5. <https://doi.org/10.4137/CMRVH.S29964>

- Sina, E., Boakye, D., Christianson, L., Ahrens, W., & Hebestreit, A. (2022). Social Media and Children's and Adolescents' Diets: A Systematic Review of the Underlying Social and Physiological Mechanisms. *Advances in nutrition (Bethesda, Md.)*, 13(3), 913–937.  
<https://doi.org/10.1093/advances/nmac018>
- Stone, R.A., Haycraft, E., Blissett, J., Farrow, C. (2024). Emotional Eating in Children. I Meiselman, H.L. (Red.), *Handbook of Eating and Drinking*. Springer, Cham.  
[https://doi.org/10.1007/978-3-319-75388-1\\_195-1](https://doi.org/10.1007/978-3-319-75388-1_195-1)
- Strouse, G. A., Nyhout, A., & Ganea, P. A. (2018). The Role of Book Features in Young Children's Transfer of Information from Picture Books to Real-World Contexts. *Frontiers in psychology*, 9, 50.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00050>
- Svenska förläggareföreningen. (u.å.). *Upphovsrättsguiden*. Hämtad 2024-04-23 från <https://forlaggare.se/upphovsrattsguiden/>
- Söderberg, E. (2018). *Del 2: Samtala om bilderbokstexter – fördjupning*. (Modul: Läs och berätta). Skolverket. <https://larportalen.skolverket.se/api/resource/P03WCPLAR106727>
- Söderström, O., & Andersson, J. (2022). *Mat och normer i Astrid Lindgrens kapitelböcker för barn*. [Kandidatuppsats, Örebro universitet]. Digitala Vetenskapliga Arkivet.  
<https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1712569/FULLTEXT01.pdf>
- Teir-Siltanen, A. (2018). *Pettson och Findus - sagan som enbart författaren själv tröttnat på*. Yle. Hämtad 2024-03-28 från <https://svenska.yle.fi/a/7-1275466>
- Torres-Ugalde, Y. C., Romero-Palencia, A., Román-Gutiérrez, A. D., Ojeda-Ramírez, D., & Guzmán-Saldaña, R. M. E. (2020). Caffeine Consumption in Children: Innocuous or Deleterious? A Systematic Review. *International journal of environmental research and public health*, 17(7), 2489.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph17072489>
- Tsao, Y., Kuo, H. C., Lee, H. C., & Yiin, S. J. (2017). Developing a medical picture book for reducing venipuncture distress in preschool-aged children. *International journal of nursing practice*, 23(5), 10.1111/ijn.12569. <https://doi.org/10.1111/ijn.12569>
- UNICEF (United Nations Children's Fund). (2021). *Fed to fail? The crisis of children's diets in early life: Child Nutrition Report - in brief*.  
<https://www.unicef.org/wca/media/6916/file/Fed%20to%20Fail%20-%20BRIEF%20-%20ENGLISH.pdf>
- Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. [https://lincs.gu.se/digitalAssets/1268/1268494\\_forskningsetiska\\_principer\\_2002.pdf](https://lincs.gu.se/digitalAssets/1268/1268494_forskningsetiska_principer_2002.pdf)
- WHO (World Health Organization). (2020). *Healthy diet*. Hämtad 2024-04-08 från <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- WHO (World Health Organization). (2024). *Malnutrition*. Hämtad 2024-03-31 från <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/malnutrition>
- Williams, M., Wiggins, R., & Vogt, W. (2021). A general introduction to this kit. In *Beginning Quantitative Research* (Vol. 0, s. 1-5). SAGE Publications Ltd,  
<https://doi.org/10.4135/9781529682809>

Zarnowiecki, D., Dollman, J., & Sinn, N. (2011). A tool for assessing healthy food knowledge in 5-6-year-old Australian children. *Public health nutrition*, 14(7), 1177–1183.  
<https://doi.org/10.1017/S1368980010003721>

# Bilagor

## Bilaga 1 - Boklista

### Alfons Åberg (i kronologisk ordning):

- Bergström, G. (2018). *God natt, Alfons Åberg*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1972).
- Bergström, G. (2018). *Aja baja, Alfons Åberg*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1973).
- Bergström, G. (2018). *Raska på, Alfons Åberg*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1975).
- Bergström, G. (2019). *Alfons och hemlige Mållgan*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1976).
- Bergström, G. (2019). *Vem räddar Alfons Åberg?*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1976).
- Bergström, G. (2019). *Listigt, Alfons Åberg!* Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1977).
- Bergström, G. (2019). *Alfons och odjuret*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1978).
- Bergström, G. (2019). *Är du feg, Alfons Åberg?*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1981).
- Bergström, G. (2019). *Var är bus-Alfons?*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1982).
- Bergström, G. (2019). *Vem spökar, Alfons Åberg?*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1983).
- Bergström, G. (2019). *Lycklige Alfons Åberg*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1984).
- Bergström, G. (2019). *Alfons och Milla*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1985).
- Bergström, G. (2018). *Kalas, Alfons Åberg!*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1986).
- Bergström, G. (2019). *Bara knyt, Alfons!*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1988).
- Bergström, G. (2019). *Vad sa pappa Åberg?*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1989).
- Bergström, G. (2019). *“Där går TJUV-Alfons!”*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1991).
- Bergström, G. (2019). *Mera monster, Alfons!*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1992).
- Bergström, G. (2019). *Hurra, för pappa Åberg!*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1993).
- Bergström, G. (2019). *Näpp! sa Alfons Åberg*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1994).
- Bergström, G. (2018). *Flyg! sa Alfons Åberg*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1997).
- Bergström, G. (2019). *Osynligt med Alfons*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 1998).
- Bergström, G. (2019). *Hur långt når Alfons?*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 2002).
- Bergström, G. (2019). *Alfons och soldatpappan*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 2006).
- Bergström, G. (2019). *Alfons med styrkesäcken*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 2010).
- Bergström, G. (2019). *Milla och Mållgan mitt i natten*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 2011).
- Bergström, G. (2019). *Skratta lagom! sa pappa Åberg*. Bok-Makaren AB. (Originalverk publicerades 2012).

### Pettson och Findus (i kronologisk ordning):

- Nordqvist, S. (2024). *Pannkakstårtan*. Opal. (Originalverk publicerades 1984).
- Nordqvist, S. (2024). *Rävjakten*. Opal. (Originalverk publicerades 1986).
- Nordqvist, S. (2024). *Stackars Pettson*. Opal. (Originalverk publicerades 1987).
- Nordqvist, S. (2024). *Pettson får julbesök*. Opal. (Originalverk publicerades 1988).
- Nordqvist, S. (2024). *Kackel i grönsakslandet*. Opal. (Originalverk publicerades 1990).
- Nordqvist, S. (2024). *Pettson tältar*. Opal. (Originalverk publicerades 1992).
- Nordqvist, S. (2024). *Tuppens minut*. Opal. (Originalverk publicerades 1996).
- Nordqvist, S. (2024). *När Findus var liten och Försvann*. Opal. (Originalverk publicerades 2001).
- Nordqvist, S. (2024). *Findus flyttar ut*. Opal. (Originalverk publicerades 2012).
- Nordqvist, S. (2023). *Känner du Pettson och Findus?*. Opal. (Originalverk publicerades 2014).
- Nordqvist, S. (2023). *Var är Pettson?*. Opal. (Originalverk publicerades 2016).
- Nordqvist, S. (2023). *Kan du ingenting Pettson?*. Opal. (Originalverk publicerades 2019).