

# Ungdomars levnadsvanor avseende kost och träning

- en enkätundersökning bland sistaårselever på Osbecksgymnasiet  
i Laholm

Terese Johansson  
Kristina Klemm

---

HT 2010



Handledare: Mats Hilde

## **Abstract**

**Authors:** Terese Johansson, and Kristina Klemm

**Title:** Youth's view on health, food and exercising – a survey among senior students in Osbecksgymnasiet in Laholm

**Supervisor:** Mats Hilte

**Assessor:** Håkan Johansson

The purpose of this study is to examine social class- and gender differences regarding youth's habits of living on the subject of diet, exercising and what they do to maintain a healthy living. The research questions of the study are: Are there any differences between social classes' habits of living? Are there any differences between boys' and girls' habits of living? The theory in the study is based on sociological perspective theories, including class theory and gender theory. Based on these theories 17 hypotheses were created which are divided into eight hypotheses on gender and nine hypotheses on class.

The study is conducted through a quantitative approach and a deductive methodology. The empirical foundation has been gathered through a survey, including 15 survey questions, which later on were analysed in the analytical program SPSS (Statistical Package for the Social Sciences.) Totally 104 people answered the survey. All of the delivered surveys were completed, however there are 158 senior students in the Osbecksgymnasiet in Laholm implying there were some loss in participation among the senior students.

The result is that ten out of 17 hypotheses were falsified. There were differences in gender on three topics, including eating unhealthy food, exercising and the amount of time spent in front of the computer or television. In the class category there was only one significant difference which was the amount of time spent in front of the computer or television. To conclude it seems to exist significant differences in the category of gender, however there seem to be less significant differences between different classes. However the amounts of respondents were too few to give a reliable result on the category of class. Still both class and gender theory might be interesting to use in future research on the topic of people's habits of living.

**Keywords:** Adolescent, health, diet, sleeping, exercising, lifestyle

## Förord

Innan uppsatsen började insåg vi tidigt att vi hade gemensamma mål och intressen för vad uppsatsen skulle behandla, vilket har gjort det roligt och varit mycket berikande att vara två personer som har kunnat bolla idéer med varandra. Arbetet oss emellan har varit jämnt fördelat där båda författarna varit bidragande i samtliga av uppsatsens kapitel. Å andra sidan bor vi på olika orter varför en viss uppdelning var nödvändig, varför dataprogrammet Dropbox varit till stor hjälp under hela uppsatsskrivandet.

Uppsatsen har dock krävt en del samarbete och hjälp från andra, vilka vi härmed vill visa vår största tacksamhet till. Först vill vi ge en stor eloge och ett varmt tack till vår handledare Mats Hilde som väglett oss genom detta roliga och intensiva arbete. Vi vill även passa på att tacka alla sistaårseleverna på Osbecksgymnasiet i Laholm som tagit av sin tid för att medverka i vår studie, utan er hade vi inte kunnat utföra vår undersökning. Dessutom bockar och bugar vi för Ewa- Marie Nilsson som utförde kopiering utav alla enkäter och till Niklas Johansson som bidragit till den goda engelskan i abstraktet och många goda råd under arbetets gång.

Avslutningsvis vill vi även rikta ett stort tack till våra familjer, Familjen Johansson och Familjen Klemm, för givande support och förståelse under denna tid som arbetet tagit i anspråk. Vi vill också passa på att tacka varandra för ett gott och givande samarbete under denna intensiva tid som har gett många goda skratt under resans färd.

# Innehållsförteckning

<b>1</b>	<b>INLEDNING</b>	<b>5</b>
1.1	BAKGRUND	5
1.2	PROBLEMFÖRMULERING OCH TIDIGARE FORSKNING	6
1.3	SYFTE	9
1.4	FRÅGESTÄLLNING	9
1.5	AVGRÄNSNINGAR	9
1.6	LITTERATURSÖKNING	9
<b>2</b>	<b>TEORI</b>	<b>5</b>
2.1	VAL AV TEORI	5
2.2	KLASSTEORI	5
2.2.1	<i>Marx och Webers klassteori</i>	5
2.2.2	<i>Pierre Bourdieu</i>	7
2.2.2.1	<i>Habitus</i>	8
2.2.2.2	<i>Kapital</i>	8
2.3	TEORIER OM GENUS	8
<b>3</b>	<b>METOD</b>	<b>10</b>
3.1	POSITIVISTISK KUNSKAPSSYN	10
3.2	DEDUKTIVT ANGREPPSSÄTT	10
3.3	KVANTITATIV METOD	11
3.4	UNDERSÖKNINGSOBJEKT	11
3.5	UNDERSÖKNINGSMETOD	12
3.5.1	<i>Fördelar och nackdelar med enkäter</i>	12
3.5.1.1	<i>Nackdelar med självbesvarande enkäter</i>	12
3.5.2	<i>Enkätkonstruktion</i>	13
3.6	OPERATIONALISERING	13
3.6.1	<i>Hypoteser kopplat till klass</i>	13
3.6.2	<i>Klassificering av BMI</i>	14
3.7	VALIDITET OCH RELIABILITET	15
3.8	KRITIK ANGÅENDE VÅRT TILLVÄGAGÅNGSSÄTT	16
3.8.1	<i>Andra frågor/svarsalternativ i enkäten</i>	16
3.8.2	<i>Fler respondenter</i>	16
3.8.3	<i>Val av skola</i>	16
3.9	ETISKA ÖVERVÄGANDEN	16
<b>4</b>	<b>ANALYS</b>	<b>18</b>
4.1	ANALYTISK METOD	18
4.2	SIGNIFIKANSNIVÅ	18
4.3	BORTFALLSANALYS	18
4.4	DESKRIPTIV STATISTIK	19
4.5	HYPOTESPRÖVNING	23
4.5.1	<i>Hypoteser kopplat till klass</i>	23
4.5.2	<i>Hypoteser kopplat till genus</i>	31
4.6	SAMMANFATTNING AV HYPOTESER	35
<b>5</b>	<b>RESULTAT</b>	<b>37</b>
5.1	UTGÅNGSPUNKT	37
5.1.1	<i>Betydelsen av hälsa, kost och motion för ungdomarna</i>	37
5.1.2	<i>Klasskillnader och hälsa</i>	38
5.1.3	<i>Genus och hälsa</i>	40
5.2	FORTSATT FORSKNING	41
<b>6</b>	<b>DISKUSSION</b>	<b>42</b>
<b>7</b>	<b>REFERENSLISTA</b>	<b>44</b>

**BILAGOR**

Bilaga I – Enkät..... 47  
 Bilaga II – Hypoteser och operationalisering ..... 50  
 Bilaga III – Klassificering av föräldrarnas yrke ..... 53

**TABELLFÖRTECKNING**

Tabell 2:1 Goldthorpes klassschema, taget ur Giddens (2000)..... 7  
 Tabell 3:1 BMI..... 15  
 Tabell 4.1 Könsfördelning ..... 19  
 Tabell 4.2 Klassfördelning ..... 19  
 Tabell 4:3 Lever ett hälsosamt liv ..... 19  
 Tabell 4:4 Nöjd med sin kropp..... 20  
 Tabell 4:5 Hoppas över måltid ..... 20  
 Tabell 4.6 Måltider som hoppas över ..... 20  
 Tabell 4.7 Snabbmat ..... 21  
 Tabell 4:8 Godis och läsk..... 21  
 Tabell 4:9 Frukt och grönsaker ..... 21  
 Tabell 4:10 Bantat någon gång ..... 21  
 Tabell 4:11 Fysisk träning..... 22  
 Tabell 4:12 Antal timmar vid TV/datorn ..... 22  
 Tabell 4:13 Uträkning av BMI ..... 22  
 Tabell 4:14 Klassificering/snabbmat ..... 23  
 Tabell 4:15 Klassificering/godis och läsk ..... 24  
 Tabell 4:16 Klassificering/frukt och grönsaker ..... 25  
 Tabell 4:17 Klassificering/BMI ..... 26  
 Tabell 4:18 Klassificering/fysisk träning ..... 27  
 Tabell 4:19 Klassificering/lever ett hälsosamt liv ..... 28  
 Tabell 4:20 Klassificering/hoppas över måltid..... 29  
 Tabell 4:21 Klassificering/antal timmar vid TV/datorn ..... 29  
 Tabell 4:22 Kön/snabbmat ..... 31  
 Tabell 4:23 Kön/godis och läsk..... 31  
 Tabell 4:24 Kön/frukt och grönsaker ..... 32  
 Tabell 4:25 Kön/fysisk träning..... 33  
 Tabell 4:26 Kön/antal timmar vid TV/datorn..... 34  
 Tabell 4:27 Summering av hypotestest ..... 35  
 Tabell 4:28 Summering av hypotestest ..... 36

**FIGURFÖRTECKNING**

Figur 4:1 Klassificering/frukt och grönsaker ..... 25  
 Figur 4:2 Fysisk träning ..... 27  
 Figur 4:4 Antal timmar vid datorn ..... 30  
 Figur 4:5 Kön/snabbmat ..... 31  
 Figur 4:6 Kön/godis och läsk ..... 31  
 Figur 4:7 Kön/ fysisk träning ..... 33  
 Figur 4:8 Antal timmar vid TV/datorn ..... 35

# 1 Inledning

---

*Detta inledande kapitel grundar sig huvudsakligen på syfte och problemformulering. Först kommer en kort beskrivning av bakgrunden till studien, varvid en integrerad problemformulering med tidigare forskning belyses utifrån vårt ämne. Avslutningsvis beskrivs de olika avgränsningarna som gjorts.*

---

## 1.1 Bakgrund

Under ungdomsåren förändras kroppen och hälsoperspektivet socialt, psykiskt och fysiskt, men det är framförallt i puberteten som hälsa får en central betydelse. Smala och vältränade människor betraktas som friska och hälsosamma medan överviktiga personer ses som lata och avvikande (Sandberg, 2004). Frågan är vad som händer med de ungdomar som inte definieras som normala med anledning av den moralisering som finns i samhället kring hälsa och kropp, där det är svårt att acceptera att alla inte engagerar sig i en sund hälsa.

Utifrån egna erfarenheter har vi uppmärksammat hur viktigt det är med bra och sunda levnadsvanor för att man skall må bra. Ungdomarnas hälsa har enligt vår mening emellertid blivit sämre, trots att alla i regel vet hur de skall leva för att uppnå en sund livsstil genom hälsosam kost och träning, men ändå lever de inte upp till det – varför? En möjlig orsak kan enligt Sandberg (2004) vara att gränserna mellan kropp, sundhet och hälsa är otydliga.

Vi anser därför att ungdomars levnadsvanor är något som alltid måste tas i beaktning, där även samhället har en viktig roll för att upprätthålla ungdomars hälsa och välbefinnande. Levnadsvanor i form av kost och motion är således ett centralt ämne både privat och i samhället, där fysiskt välbefinnande är av betydelse för att upprätthålla en hälsosam kropp.

## 1.2 Problemformulering och tidigare forskning

Ungdomars hälsotillstånd och levnadsvanor avseende kost och fysisk aktivitet har de senaste åren försämrats. Frågan är dock vad detta beror på? Nedan följer en problematisering av ungdomars hälsa och levnadsvanor kopplat till kunskaper inom tidigare forskning.

Vad innebär egentligen hälsa? Någon exakt formulering för att uttrycka detta finns emellertid inte, men enligt WHO (World Health Organization) kan man definiera begreppet på följande sätt:

[...] För att nå ett tillstånd av fullständig fysisk, mental och social välbefinnande måste individen eller gruppen kunna identifiera sina strävanden och bli medveten om dem, tillfredsställa sina behov och förändra eller bemästra miljön. Hälsa skall därför ses som en resurs i vardagslivet och inte som ett mål i tillvaron (Sahlqvist, 1997 s 12).

Definitionen understryker att hälsan är ett positivt mål som berör hela människan och hela dess situation. Hälsa är inte enbart ett tillstånd utan någonting som ska erövrats genom ett eget hälsobefrämjande arbete. Livsstil är ett annat begrepp som är kopplat till hälsa, vilket innefattar hur människor lever sitt liv både positivt samt negativt och det omfattas bland annat av motionsvanor och kostvanor (Sahlqvist, 1997). Alla människor har emellertid ett eget ansvar när det gäller sin hälsa på grund av att de val som rör livsstilen bygger på den fria viljan (Giddens, 2000). Livsstil och konsumtionsmönster utgör således de huvudsakliga orsakerna till dålig hälsa, vilket är en av anledningarna till att Statens institut för folkhälsa startades 1938, vilket 1992 ändrade namn till Folkhälsoinstitutet. Målet var att påverka och förbättra den svenska befolkningens folkhälsa genom förebyggande och fostrande arbete avseende hälsa och kostinriktningar samt sträva efter en jämlik och jämställd hälsa.

Det har således skett en förbättring av allmänhetens hälsa under det senaste århundradet i och med att den medicinska expertisen ökat. Allmänheten har dessutom fått en bredare kunskap och förståelse av hälsa och sjukdom, vilket innebär att de själva till stor del kan tolka och forma sitt välbefinnande i vardagen avseende kost, motion, konsumtionsmönster och livsstil (Giddens, 2000). Trots det, presenteras det upprepade alarmerande studier om ett försämrat hälsotillstånd bland barn och ungdomar. Allt fler ungdomar lider av psykisk ohälsa i form av magont, huvudvärk och sömnbesvär, men även den fysiska hälsan har försämrats. Ungdomarna rör sig mindre i vardagslivet, vilket har lett till att övervikten kraftigt ökat i samhället, där ca 15-20 procent av alla barn och ungdomar beräknas vara överviktiga varav en

till fem procent är feta (Statistiska centralbyrån, 2010; Sveriges Riksdags motion 2002/03: Kr333; Primärvården Halland, 2001, 2006; Forskning.se). Att vända denna trend är nödvändig för samhällets framtid, då övervikten riskerar att bli en ny folksjukdom om ingenting görs (Sandberg, 2004). Statens folkhälsoinstitut har gjort en livsstilsrapport år 2008 då det framställs att förekomsten av övervikt och fetma samt psykisk ohälsa har ökat dramatiskt under de senaste 20 åren. Avseende levnadsvanor och hälsa hade ungdomar i åldern 20-24 sämre hälsa till skillnad från dem i åldersgruppen 16-19 år. Enligt Statens folkhälsoinstituts livsstilsrapport (2008) hypotes beror det på att den äldre åldersgruppen inte tillhör skolan i lika stor utsträckning som den yngre samt att den äldre kategorin har det bättre ekonomiskt och kan således konsumera mer gällande mat, tobak och alkohol.

Idag kan en ojämn fördelning ses hos befolkningen avseende hälsan. Enligt forskare har det ett samband med generella socioekonomiska mönster, vilket har ökat sociologers intresse att försöka hitta en koppling mellan hälsa och olika variabler så som kön, ålder, klass etcetera (Giddens, 2000). Genom olika studier har det påvisats en påtaglig skillnad i hälsotillståndet beroende på vilken socioekonomisk grupp man tillhör. De högre klasserna upplever sitt hälsotillstånd som bra, till skillnad från de lägre sociala grupperna som snarare betraktar sitt hälsotillstånd som dåligt. Frågan är emellertid vad detta beror på? Enligt olika studier som gjorts tyder det på att de lägre samhällsklasserna tenderar att äta sämre mat till skillnad från de högre samhällsklasserna på grund av att det är billigare. Frukt och grönsaker är dyrare än livsmedel innehållande hög grad av fett och kolesterol (Giddens, 2000). Med anledning av ovanstående finner vi det av intresse att undersöka om det är någon skillnad mellan samhällsklasserna och ungdomarnas hälsotillstånd samt matvanor. Äter arbetarklassen mer ohälsosam mat samt mindre frukt och grönsaker i jämförelse med de högre samhällsklasserna? Likaså om det är någon skillnad mellan könen avseende och kost och fysisk aktivitet.

Studier från andra industrialiserade länder bekräftar att det finns en tydlig klassfaktor avseende hälsa, där framgångsrika personer har bättre hälsa till skillnad från de som är lägre ned på den sociala rangskalan. Äldre personer och ensamstående föräldrar, vilket även inkluderar barnen i familjen, är utsatta grupper och tenderar att ligga långt ner på den sociala rangskalan (Giddens, 2000). Kosten har en stor betydelse för ungdomarnas hälsa, då hälsosam mat förebygger hälsoproblem som till exempel fetma, anorexia, diabetes, blodbrist samt hjärt- och kärlsjukdomar. Regelbundna matvanor är viktigt, att missa en måltid eller att hoppa över



en måltid är inte farligt någon enstaka gång, men att göra det till en vana kan få farliga konsekvenser, då okontrollerad bantning bland annat kan leda till ätstörningar av olika kategorier (Primärvården Halland, 2006). En enkätundersökning av Lantbrukarnas Riksförbund, (2007) visar att cirka 9.1 procent av skolelever regelbundet hoppar över lunchen i skolan på grund av att de inte tycker om maten och att de inte får någon mat i de fullpackade matsalarna. Frågan är hur det kommer sig att vissa hoppar över måltider och inte andra? Har samhällsklass och kön någon betydelse i detta avseende?

Ett ämne som diskuterats mycket den senaste tiden med tanke på ungdomars försämrade hälsovanor är "Curlingföräldrar", vilket innebär att föräldrarna gör allt för sina barn. Ett exempel på detta är att föräldrarna kör barnen överallt istället för att låta dem cykla eller gå dit de skall. Konsekvensen av detta blir att barnen blir passiviserade, vilket bekräftas av ett flertal studier där det framkommit att ungdomar behöver öka sin fysiska aktivitet. Pojkar tränar dock i större utsträckning än vad flickor gör (Primärvården Halland, 2001, 2006; Ungdomsundersökning från Bohuslän, 1999). Statistiska centralbyrån (SCB) har dock gjort en undersökning som motsäger ovanstående studie om ungdomars fysiska aktivitet, som påvisade att 92 procent av pojkarna i åldrarna 13-20 år tränade eller hade tränat i en idrottsförening, vilket motsvarar 87 procent bland flickorna. Frågan är emellertid om de fortfarande tränar eller om de slutat, vilket inte framkommer i det slutliga resultatet. Angående idrott och hälsa i skolan har en studie gjorts av Folkhälsoinstitutet, vilken påvisar att ungdomarna inte tyckte att ämnet inspirerade dem till att utöva fysisk aktivitet, detta på grund av lektionernas innehåll inte är konsekvent och där eleverna önskade mer variationer på idrottslektionerna (Primärvården Halland, 2001). Hur fysiskt aktiva är egentligen sistaårselever på gymnasiet, är det någon skillnad mellan samhällsklasserna och kön?

Ungdomsstyrelsen (2007) tar även i deras studie Fokus 07- En analys av ungas hälsa och utsatthet upp idrottens betydelse i skolan där det framkommer att gymnasieskolorna inte erbjuder sina elever i årskurs 3 idrott eller annan sysselsättning som är bra för kroppen på grund av att många elever är mycket passiva eller inte kommer till de idrottslektioner som erbjuds. Det finns dock de skolor som satsar på fysisk aktivitet, vilket exempelvis Kunskapsskolan i Helsingborg gjorde. Enligt skolchef Joakim Andersson erbjöd de alla sina ungdomar från årskurs nio ett träningskort på Friskis och Svettis. Detta för att ungdomarna skulle röra på sig mer på sin fritid men även för att de skulle må bättre, vilket enligt honom ledde till bättre resultat och prestation i skolan.

### **1.3 Syfte**

Syftet med denna studie är att undersöka klass- och könsskillnader angående ungdomars levnadsvanor avseende kost och motion samt vad de gör för att upprätthålla ett hälsosamt liv.

### **1.4 Frågeställning**

- Har klasskillnader någon betydelse avseende ungdomars levnadsvanor?
- Har kön någon betydelse avseende ungdomars levnadsvanor?

### **1.5 Avgränsningar**

Studien är avgränsad till ungdomar som går sista året på Osbecksgymnasiet i Laholm. Detta med anledning av att de är myndiga och därför kan medverka i enkätundersökningen utan samtycke från målsman, vilket underlättar med tanke på den begränsade tid vi har till förfogande för detta arbete. Ålder är således det som skiljer vår studie mot tidigare forskning då 18-20 åringar sällan är representerade i undersökningarna, med anledning av att de betraktas som vuxna och därmed ingår i den vuxna befolkningens hälsorapport, vilket även bekräftats av SCB (statistiska centralbyrån, 2010). Det som ytterligare skiljer vår undersökning från tidigare forskning är klassperspektivet, vilket inte belyses i tidigare forskningsrapporter. Angående begreppet hälsa kommer arbetet mestadels handla om fysisk hälsa. Social- samt psykisk hälsa kommer dock inte att belysas i samma utsträckning. Det går dock inte att helt bortse från de två sistnämnda, eftersom den fysiska, psykiska och sociala hälsan i viss mån påverkar varandra.

### **1.6 Litteratursökning**

För att införskaffa oss underlag till denna uppsats har vi sökt på olika avhandlingar på Internet samt artiklar i databasen Elin med hjälp av EBSCOhost för att få fram artiklar som är vetenskapligt granskade under sökorden ungdomar, hälsa, kost, sömn, mat, motion, levnadsstil, adolescens, health, food, diet, sleep, exercise, way of life. Därutöver har vi även sökt litteratur i databasen LIBRIS under liknande sökord. Vi har även haft kontaktat med SCB (Statistiska centralbyrån), och FHI (Folkhälsoinstitutet) för att få fram intressant fakta och olika former av statistik gällande ungdomar.

## 2 Teori

---

*I detta kapitel belyses olika sociologiska teorier avseende klass och genus, för att förklara ungdomars syn på kost och träning.*

---

### 2.1 Val av teori

Sociala orättvisor det vill säga ojämlikhet mellan grupper i form av kön, ålder samt tillgångar och ägodelar är centralt ämne inom sociologin, vilket även intresserar oss. Utifrån syfte och frågeställningar ställer vi oss därför frågan om det är några skillnader mellan samhällsklass och kön angående ungdomars levnadsvanor, vilket är anledningen till att vi valt att titta närmare på teorier avseende klass och genus.

### 2.2 Klassteori

Det finns en mängd olika perspektiv inom klassteorin, men vi har valt att utgå från Marx och Webers klassteori eftersom många teorier som utformats senare har utgått från dem. Dessutom har vi valt att titta närmare på Bourdieus kultursociolog där man fokuserar på människors olika levnadssätt utifrån olika fält, samt vad som styr en människas handlande.

#### 2.2.1 Marx och Webers klassteori

Marx lägger tonvikten på den grundläggande klyfta som han anser finns mellan de personer som äger kapitalet och arbetarna. Enligt Marx är det arbetarna som skapar välståndet för de som äger kapitalet, men de får inte ta del av dessa tillgångar utan förblir fattiga medan kapitalisterna blir rikare, vilket resulterar i att klyftan dem emellan ständigt ökar (Repstad, 2005). Weber har en liknande uppfattning men anser att det finns flera ekonomiska faktorer av betydelse för klassbildningen i form av färdigheter och kvalifikationer som en människa har när de söker arbete. Kvalificerade yrken så som läkare, jurister och psykologer har bättre arbetsvillkor och högre lön än okvalificerade arbetare. Weber tar även upp ytterligare två aspekter som påverkar människors liv; status och parti. Status handlar om den prestige och det anseende som finns mellan olika sociala grupper och som tillskrivs av andra. Enligt Weber uttrycks människors status i deras livsstil i form av bostad, klädsel, språkligt uttryckssätt samt yrke. Alla dessa faktorer bidrar till att forma en människas sociala ställning i andras ögon.

Många gånger bildar människor med liknande status ett kollektiv för att få bekräftelse av vilka de är. Den andre aspekten det vill säga parti, innebär att grupper mobiliseras i syfte att uppnå vissa mål (Giddens, 2000).

Klass är således ett abstrakt begrepp som måste operationaliseras när man använder det i en undersökning, vilket olika sociologer har gjort med hjälp av olika scheman för att kartlägga klasstrukturen i samhället. Genom klassschema kan man hänföra individer till sociala klasskategorier samt lyfta fram klassorättvisor som bland annat har med hälsa och utbildning att göra. Inom dessa klasschema delas de olika yrkespositionerna in i tre klasskikt; tjänsteklass/överklass, medelklass och arbetsklass/underklass. Uppfattningen om de olika klasserna kan emellertid variera beroende på vilken grupp man själv tillhör samtidigt som det kan vara svårt att klassificera människor som är studerande eller pensionärer (Giddens, 2000). Överklassen består av människor med både makt och rikedom. Härunder finns även en tjänsteklass som omfattar personer med professionella yrken till exempel höga chefer och administratörer. Medelklassen däremot består till stor del av personer med tjänstemannayrke till exempel lärare, läkare, vårdpersonal, socialarbetare och personer inom tjänsteindustrin. Arbetarklassen/underklassen innefattar människor som arbetar manuellt. Generellt har denna grupp av människor sämre arbete, levnadsvillkor samt levnadsstandard än övriga (Giddens, 2000). En sociolog som anammat Marx och Webers klassteori är Goldthorpe som även konstruerat ett klassschema, vilket kan användas när man operationaliserar klassbegreppet. Det finns dock vissa skillnader mellan hur Goldthorpe klassificerar vissa yrkesgrupper till skillnad från Marx och Weber. Enligt Goldthorpes, består överklassen av vissa professioner högre chefer och stora kapitalägare. Medelklassaren innefattar till skillnad från Marx och Weber av personer som är kontorsanställda på lägre/högre nivå, egna företagare och tekniker på lägre nivå. Övriga välutbildade arbetare och mindre kvalificerade arbetare klassificeras i arbetarklassen (Giddens, 2000). För en tydligare beskrivning, se Goldthorpes klassschema i tabell 2:1 nedan.

Tabell 2:1 Goldthorpes klassschema, taget ur Giddens (2000).

Klass		Anställningsrelation
Överklass	I Högutbildade inom professionerna, administratörer och ämbetsmän. Högre chefer och stora kapitalägare	Arbetsgivare eller tjänsterelation
	II Vissa professioner, vissa administratörer och tjänstemän. Mellanchefer och ägare av mindre kapital	Tjänsterelation
Mellanklass	III Kontorsanställda på högre nivåer, anställda inom tjänsteindustrin	Mellan relation
	IIIb Kontorsanställda på lägre nivåer	Mellan relation
	IV Småföretagare och hantverkare med egen firma (med anställda)	Arbetsgivare
	IVb Småföretagare och hantverkare med egen firma (utan anställda)	Egen företagare
	IVc Bönder och småbrukare och andra egenföretagare inom jordbruket	Arbetsgivare eller egen företagare
	V Tekniker på lägre nivåer, förmän	Mellan relation
Arbetarklass	VI Välutbildade arbetare	Arbetskontrakt
	VII Mindre kvalificerade arbete	Arbetskontrakt
	VIIb Lantarbetare	Arbetskontrakt

Det finns även en ojämlikhet mellan könen, vilket är något som måste beaktas när man utgår från klassbegreppet. Männerna tjänar ofta mer och har en högre maktposition än kvinnorna, vilket beror på att kvinnorna oftare arbetar deltid samt gör ett uppehåll i karriären för att föda och ta hand om barn. Kvinnorna blir därför i många fall ekonomiskt beroende av sina män och följderna av detta blir att kvinnornas position bestäms av männen. Kvinnornas inkomst utgör dock en viktig del av den totala familjeinkomsten och kan vara avgörande för vilken livsstil man har samt vara avgörande för vilken klass familjen tillhör. Om en person lever ensam har således betydelse för levnadsstatusen. Det finns emellertid ingen skarp gräns mellan de olika klasssystemen utan social rörlighet är vanligt mellan grupperna. Nedåtgående mobilitet innebär dock att människor inte längre kan upprätthålla den livsstil man är van vid (Repstad, 2005).

### 2.2.2 Pierre Bourdieu

En annan teoretiker inom klass är Pierre Bourdieu, som till skillnad från Marx och Weber fokuserar på individnivå istället för samhällsnivå där föräldrarnas yrke styr vilken samhällsklass familjen befinner sig i. Bourdieu beskriver istället klass utifrån fyra olika begrepp habitus, kapital, sociala rum och sociala fält, vilka har betydelse för vilken samhällsklass man tillhör. Genom dessa begrepp tillägnar man sig olika livsstilar, tankesätt,

uppförande, stil och förförståelse av maktspel. Detta arbete kommer dock endast belysa de två första begreppen habitus samt kapital, som beskrivs nedan (Bourdieu, 1997; 1999).

### **2.2.2.1 Habitus**

Habitus kan ses som en inre kompass som styr människans handlande utifrån olika kulturella perspektiv men som även präglas utav de invanda vanorna om hur vi tänker, uppfattar handlingar och de värderingarna vi har i olika sociala sammanhang. I habitus bestäms även vad som är bra och dåligt samt gott och ont, vilket styr individens beteende. Bourdieu (1997; 1999) menar att ungdomarna lever på olika kriterier och villkor, vilket resulterar i olika handlingssätt. Habitus är och kommer alltid vara omedvetet i de handlingar man utför i livet, men ibland kan även vi behöva ta på oss någon annans glasögon för att få en annan syn på situationen. När habitus väl utvecklats kan det vara svårt att förändra, även om ungdomen själv vill.

### **2.2.2.2 Kapital**

Det kulturella kapitalet innefattar det materiella arv ungdomarna får av sina föräldrar samt hur de är som personer, vilket inkluderar ungdomarnas levnadssätt och deras sätt att tänka. De ungdomar som har med sig ett högt kapital från sina föräldrar tänker till exempel mycket på sin kropp och hälsa, till skillnad från de med ett lågt kapital som inte engagerar sig lika mycket i hur de ser ut samt vad de äter (Bourdieu, 1997; 1999).

Utifrån ovanstående teorier om klass har vi konstruerat nio hypoteser avseende ungdomars levnadsvanor gällande hälsa, kost, vikt och motion. För en mer detaljerad beskrivning – se bilaga II angående hypoteser och operationalisering, där det även finns beskrivet vilken fråga i enkäten (bilaga I) som är kopplat till respektive hypotes.

## **2.3 Teorier om genus**

Genus skapas genom samspel med andra människor och är nära förknippat med frågor som rör jämlikhet, rättvisa och makt. Genom ordet kön kan man placera människor i olika kategorier samt i olika beteendemönster. Sociologer skiljer dock på ”kön” och genus, då kön har att göra med de biologiska skillnaderna mellan mäns och kvinnors kroppar medan genus snarare handlar om psykologiska, sociala och kulturella uppfattningar och skillnader mellan kvinnor och män. Inom den biologiska inriktningen anser man att det bland annat är

människans gener, hormonet och hjärnans storlek som styr skillnaderna som finns mellan kvinnor och mäns medfödda beteende. Genusskillnaderna skapas enligt Freud och Chodorow under de första levnadsåren mer eller mindre omedvetet. Enligt Freud handlar inläringen om könsroller hos små barn om man har eller är i avsaknad av penis, vilket utgör symboler för femininitet och maskulinitet. Till exempel jag har en penis, vilket är det samma som att jag är en pojke. Denna fas fortgår upp till fem års ålder, varefter barnen går in i en latens fas ända tills de kommer in i puberteten då de sexuella känslorna får en påtaglig betydelse på nytt (Giddens, 2000).

Enligt forskning är det dock svårt att koppla samman biologiska faktorer med kvinnor och mäns sociala beteende, varför vissa sociologer istället pratar om könsrollsocialisation. Detta innebär att man lär sig sina könsroller genom positiva och negativa sanktioner via socialisationsagenter som till exempel familj, skola, kompisar och media. Genom dessa positiva och negativa förstärkningar lär man sig således att följa de förväntade könsrollerna som verkar stämma överens med det biologiska könet, vilket påbörjas så fort man föds. Ett avvikande beteende ger sig således tillkänna av otillräcklig eller felaktig socialisation, vilket kan orsakas av motsägande krav av socialisationsagenterna. Kroppen formas och förändras dock av sociala krafter och människan kan själv välja att konstruera kroppen på olika sätt med hjälp av träning, bantning, frisyrr, plastikkirurgi, piercing etcetera. Beteendet mellan pojkar och flickor skiljer sig emellertid åt, då pojkar tenderar att vara aktiva och äventyrliga medan tjejer skildras som passiva, avvikande och inriktade på husliga plikter. När man väl har tillskrivit sig en könsroll förväntar sig samhället att man skall bete sig som denne, det vill säga man eller kvinna (Giddens, 2000).

Utifrån ovanstående teorier om genus har vi i likhet med klassteorin konstruerat åtta hypoteser avseende ungdomars levnadsvanor gällande hälsa, kost, vikt och motion med anledning av att det enligt teorin finns skillnader mellan könen. För en mer detaljerad beskrivning, se bilaga II om hypoteser och operationalisering, där det även finns beskrivet vilken fråga i enkäten (bilaga I) som är kopplat till respektive hypotes.

## 3 Metod

---

*I detta kapitel kommer vi ge en överskådlig beskrivning om hur vi gått tillväga för att inhämta material till vårt arbete för att kunna besvara vårt syfte samt frågeställningar. Även hur studien utförts rent praktiskt kommer att redovisas i detta kapitel.*

---

### 3.1 Positivistisk kunskapssyn

Det finns två grundläggande synsätt inom vetenskapen forskaren kan anta, hermeneutik och positivism. Det positivistiska synsättet innebär ett tänkande som baseras på en säker sanning. Den skall fastställas genom den upplevda verkligheten och kännetecknas ofta som en tankegång som grundas i fakta. Vid forskning ur ett positivistiskt perspektiv strävar forskaren efter att hitta samband och upprepningar av ett beteende eller fenomen som återfinns historiskt i andra fall. Målet med en positivistisk inriktning är att uppnå en säker kunskap, vilket enligt Thurén (2007) dock är ouppnåeligt. Denna studie kommer således att utgå från ett positivistiskt synsätt då vi studerar helheten i ett problem. Enligt positivisterna härleds hypoteser deduktivt utifrån teorier och därefter prövas de empiriskt, vilket även vår undersökning kommer att göras. Enligt positivisterna ska personlighet och åsikter inte kunna påverka resultatet, varpå förförståelsen får en viktig betydelse i arbetet, vilket är något som vi är väl medvetna om. Det hermeneutiska synsättet lägger till skillnad från det positivistiska sin tyngdpunkt på forskarens förförståelse samt tolkningar (Thyrén, 2007).

### 3.2 Deduktivt angreppssätt

Det finns olika strategier för att få grepp om verkligheten, det deduktiva och det induktiva angreppssättet. Valet påverkas av hur man handskas med den befintliga teorin. Den deduktiva ansatsen innebär att man först skaffar sig förväntningar om hur världen ser ut och sen samlar in empiri utifrån teorin, för att prova om sin hypotes håller. Kritiken mot denna metod är spekulation, man letar upp empiri som styrker teorin. Forskaren har redan en klar bild och vill således bekräfta sin egen förförståelse. Den induktiva ansatsen utgår till skillnad från den deduktiva från empirin och därefter försöker man hitta en lämplig teori. Tanken med denna strategi är att forskaren inte skall ha några förväntningar. Den triviala kunskapen blir emellertid en kritik mot denna ansats, då man aldrig blir riktig säker, man kan söka efter



empirin i det oändliga. Utöver dessa två talar man även om en abduktiv ansats, vilket innebär att man växlar mellan induktion och deduktion, det vill säga varva empiri och teori om vartannat under studiens gång (Sohlberg, 2009 s 87-95).

Denna uppsats utgår emellertid från en deduktiv ansats då vi bygger vårt arbete på uppställandet av hypoteser. Dessutom finns det tidigare forskning på det valda området varför en deduktiv ansats är att föredra, eftersom en induktiv ansats skulle vara som att uppfinna hjulet på nytt. Vi var dock beredda att justera och göra tillägg i teorin samt empirin, vilket resulterar i att vi även använder oss av en abduktiv ansats.

### **3.3 Kvantitativ metod**

Kvalitativ- och kvantitativ metod används som verktyg när man ägnar sig åt forskning. Att undersöka ungdomars hälsa och levnadsvanor avseende kost och fysisk träning kan göras utifrån såväl en kvantitativ som kvalitativ metod, beroende på vilket perspektiv man vill se det ifrån. Målet med denna uppsats är att göra systematiska och standardiserade jämförelser och hitta kopplingar mellan olika grupper, varför en kvantitativ metod använts. Detta innebär att några fördelar som finns med den kvalitativa metoden går förlorade såsom detaljer, ett djupare perspektiv och ett mer subjektivt perspektiv (May, 2010). Den kvantitativa metoden har dock möjliggjort att fokusera på en större population vilket är lämpligt eftersom syftet är att jämföra olika grupper, vilket således görs bäst kvantitativt.

### **3.4 Undersökningsobjekt**

Utifrån bekvämlighet- samt kostnadsaspekten har vi valt att undersöka sistaårselevers hälsotänkande på Osbecksgymnasiet i Laholm. Skolan har nio olika gymnasieprogram, vilka omfattas av både teoretiska och praktiska program (Barn- och fritidsprogrammet, elprogrammet, energiproduktionsprogrammet, fordonsprogrammet, handelsprogrammet, hotell och restaurangprogrammet, naturvetenskapsprogrammet, produkttekniska programmet samt samhällsvetenskapsprogrammet.)

## **3.5 Undersökningsmetod**

Inom den kvantitativa metoden kan man använda sig av olika undersökningsmetoder. Vi har använt oss av det May (2010) betecknar som självbesvarande enkäter (se bilaga 1), vilket innebär att ungdomarna själva fyller i frågeformuläret istället för till exempel datainsamlingsmetoden.

### **3.5.1 Fördelar och nackdelar med enkäter**

Fördelen med enkäter är att vi når ut till en stor grupp människor, vilket leder till en viss generalisering. Även om enkäter ger en stor mängd data att bearbeta och analysera kan detta presenteras lättöversiktligt genom presentation i form av tabeller och diagram (May, 2010). Nackdelen med enkäter är däremot att man som forskare inte har någon kontroll över hur frågeformulären fylls i och att alla frågor blir besvarade, vilket kan leda till partiellt bortfall i undersökningen. Respondenternas motivation spelar således en stor roll i hur de besvarar enkäten. Fördelen är dock att man kan uttrycka sina åsikter utan att röja sin identitet, men som forskare kan man vid en enkätundersökning inte kontakta vederbörande igen för att denne skall utvidga sitt svar ytterligare. Respondenternas tankar och funderingar är emellertid något som man inte får inblick i vid en enkätundersökning, därför måste stor vikt läggas vid enkätens utformning – layout, instruktionerna samt enkla, klara och entydiga frågor (May, 2010).

#### **3.5.1.1 Nackdelar med självbesvarande enkäter**

Ovanstående nämnda nackdelar med självbesvarande enkäter har försökt minimeras med en väl genomförd enkätkonstruktion. Även en testenkät har skickats ut till sex ungdomar i den åldersgrupp vi ville undersöka. Testenkäterna visade att ett par frågor behövde omformuleras och ändras, då ungdomarna hade svårt att förstå frågans innebörd. En annan begränsning inom enkäter är det stora bortfallet som ofta förekommer vid enkätundersökningar (May, 2010). Detta är dock inget problem utifrån vår undersökning då vi delade ut enkäterna till ungdomarna i deras skola och fick således in de enkäter vi delat ut. Med anledning av att vi enligt rektorn inte fick störa eleverna under lektionstid stod vi utanför deras klassrum och delade ut enkäterna. Elevernas schema fick vi av receptionen på skolan. Vid eventuell förtydning av hur frågeformuläret skulle fyllas i kunde besvaras på plats. Partiellt bortfall kunde vi dock inte helt bortse ifrån trots en väl genomförd enkätkonstruktion, då några ungdomar valde att inte besvara alla frågor i enkäten.

### **3.5.2 Enkätkonstruktion**

Enkäten (bilaga I) är uppbyggd med 15 stycken frågor och består av både öppna och slutna frågor. Öppna frågor ger större utrymme för att besvara frågan då respondenten kan besvara den så som denne uppfattat samt tolkat frågan, vilket kan ge forskaren viktiga sidokommentarer, förklaringar och inblickar som annars är svåra att fånga in. De öppna frågorna blir således mer personliga och avslappnade.

Slutna frågor däremot begränsar svaren, men analysen går snabbare att genomföra. Svaren blir dessutom mer likvärdiga och jämförbara vid slutna frågor tillskillnad från öppna samtidigt som de kategoriserar människor (May, 2010). De slutna frågorna i enkäten (bilaga I) har två, fyra eller sex stycken svarsalternativ, detta på grund av att ungdomarna då ej kan välja ett neutralt svar, utan måste ta ställning kring den specifika frågan. Det går således inte att vara neutral, vilket ger tydligare resultat och det blir lättare att sammanställa och att dra slutsatser (UPP, 2010; Johansson & Öberg, 2008). Däremot kan resultaten "slå fel" då man blir tvungen att ta ställning åt ena eller andra hållet, eller helt enkelt väljer att inte svara överhuvudtaget då inget av svarsalternativen motsvarar ens åsikter. Enligt Andersson och Swärd (2008) kan det för respondenten vara svårt att ta ställning samtidigt som de kan ha svårt för att förstå de frågor som är i enkäten, speciellt om det är känsliga frågor. Detta kan dock undvikas i viss mån i och med att vi som utformat enkäten finns i närheten när de ska fylla i denne, vilket resulterar i att de kan fråga oss vid eventuella frågetecken (Andersson & Swärd, 2008).

## **3.6 Operationalisering**

### **3.6.1 Hypoteser kopplat till klass**

Våra hypoteser avseende samhällsklass tar sin utgångspunkt i fråga 15 i enkäten (se bilaga I), angående föräldrarnas yrken eller studier. Utifrån denna fråga kan man således mäta vilken samhällsklass ungdomen och dennes familj tillhör, vilket bestäms utifrån Goldthorpes klasschema (tabell 2:1, sid 12). Ett observandum är dock att man inte vet familjens totala kapital när man klassificerar en familj utifrån detta klasschema, vilket således inte ger en fulländad bild av vilken samhällsklass familjerna tillhör. Klassindelningen grundar sig därmed endast på föräldrarnas yrke och inte på familjens totala kapital. Där man kan se skillnader mellan moderns och faderns yrke avseende klass, klassificeras båda efter den som har högst rang i samhällsklassen (Giddens, 2000).

Arbete som enbart kräver gymnasial utbildning har klassificerats som VII enligt numren i Goldthorpes klassschema (tabell 2:1), högskolestudier eller liknande som VI och vissa professioner där man kan stiga i position till exempel psykolog etcetera, har klassificerats som I alternativt II utifrån Goldthorpes klassschema. (För en detaljerad operationalisering av enskilda yrken, se bilaga III). Ett bekymmer vid klassificeringen var de som var sjukskrivna samt arbetslösa, då vi inte hade tydliggjort i frågan att de skulle specificera vad de arbetade med om de inte var sjukskrivna alternativt arbetslösa. Med anledning av att Goldthorpe inte specifikt klassificerar sjukskrivna och arbetslösa samt att vi inte vet deras yrke, har vi klassificerat dem som X (se bilaga III), det vill säga arbetarklass, eftersom man vid sjukskrivning och arbetslöshet har minskad inkomst. Hade vi vetat deras yrke hade vi enligt Giddens klassificerat dem efter deras ordinarie arbete. Likaså hade det blivit ett bekymmer om någon av föräldrarna hade studerat om de inte tydliggjort vad de studerade till, då vi hade tänkt klassificera dem efter utbildning. Det var dock inga föräldrar som studerade vid tidpunkten som enkäterna delades ut, varför vi inte behövde ta någon vidare ställning i den frågan. Det hade eventuellt varit till fördel att fråga efter föräldrarnas inkomst. Ett problem som finns med denna operationalisering är huruvida man bestämmer klass efter inkomst samt att det föreligger en risk för stort partiellt bortfall då ungdomarna inte vet vad föräldrarna tjänar.

### 3.6.2 Klassificering av BMI

För att kunna avgöra huruvida ungdomarna är underviktiga, normalviktiga eller överviktiga har vi använt oss av ett mått kallat BMI (Body Mass Index), vilket anger relationen mellan vikt och längd genom följande beräkning (hälsotek.se)

$$\text{BMI} = \frac{\text{vikten (kg)}}{\text{längden x längden}}$$

I tabellen 3:1 (se nedan) kan man utläsa gränsvärdena för vad som betraktas som undervikt, normalvikt och övervikt. Ett observandum är dock att BMI endast tar hänsyn till vikt och längd och är således inte utformat för vältränade personer med mycket muskler eftersom muskelmassan till stor del består utav vatten och därmed har högre densitet än fett (Hälsotek.se).

Tabell 3:1 BMI

Viktklasser	Män	Kvinnor
Underviktiga	<20	<18,6
Normalviktiga	20,0-25,0	18,6-23,8
Överviktiga	25,0-30,0	23,8-28,6
Kraftigt överviktiga	>30	>28,6

### 3.7 Validitet och reliabilitet

Reliabilitet handlar om huruvida personerna i undersökningen kommer att ge lika svar beroende på intervjuperson, plats och tillfälle. Validiteten i sin tur understryker metodens tillförlitlighet genom att det som mäts är det som avsett att mätas (Olsson & Sörensen, 2001). I och med att vi fokuserat detta arbete utifrån den kvantitativa metoden, anser vi att reliabiliteten är relativt hög, då man kan få liknande svar varje gång man mäter genom att använda sig av samma underlag. Ett observandum är dock att det är människor man arbetar med, vilket kan resultera i att individerna ändrat sig om man väljer att göra om undersökningen. Vi anser även att validiteten är relativt hög då svarsalternativen i enkäten motsvarar det vi vill mäta. Vi har även valt att ha jämna antal svarsalternativ, vilket medför att intervjupersonerna inte enbart kan kryssa i mittalternativet, utan istället måste tänka till efter varje fråga innan de svarar (Utvärdering av pedagogiska program, 2010). Detta med anledning av att stor utsträckning av ”vet ej” svar leder till låg validitet (Olson & Sörensen, 2001). Uppsatsen kommer sedermera knytas samman med granskat vetenskapligt material för att ytterligare stärka validiteten i uppsatsen. Däremot innebär problemen som diskuteras ovan i operationaliseringen (se 3.6.1 och 3.6.2) en möjlig negativ påverkan på validiteten. Vi kan inte vara säkra på att vi i samtliga fall har lyckats dela in ungdomarna i rätt klasstillhörighet, med tanke på att det finns flera sätt att mäta klass och det finns några problem med det sätt vi valt. Dessutom är antalet elever i överklassen få, varför det inte går att säkerställa något klart samband mellan samhällsklasserna, utan vårt resultat får endast ses som en vägledning och ett möjligt samband. Att använda BMI för att avgöra olika viktklasser kan också ge en negativ inverkan på validiteten. Genom att använda oss utav olika källor i form av artiklar, litteratur samt vår kvantitativ undersökning kan vi skapa oss en bild av förhållandet mellan teori och metod, vilket enligt May (2010) stärker trovärdigheten i arbetet.

## **3.8 Kritik angående vårt tillvägagångssätt**

### **3.8.1 Andra frågor/svarsalternativ i enkäten**

Med anledning av att några elever kryssade mellan två svarsalternativ, kan man nu i efterhand konstatera att det vid framförallt Ja- och Nej-frågorna hade varit till fördel att ha fler svarsalternativ, för att minska det partiella bortfallet ytterligare. Även de öppna frågorna kan man nu i efterhand diskutera relevansen av valet av fråga, då det är svårt att statistiskt analysera dessa till skillnad från de slutna frågorna som kodas och analyseras utan problem. Det hade även varit till fördel att förtydliga frågan angående föräldrarnas yrke, då de som var sjukskrivna inte gick att klassificera eftersom man inte vet vad de arbetade med när de inte var sjukskrivna, varför de klassificerades som arbetarklass.

### **3.8.2 Fler respondenter**

Utifrån klassperspektivet kan man se en skillnad mellan antalet elever i de olika samhällsgrupperna, där överklassen omfattas av en minimal grupp av elever. Hade vi emellertid haft fler respondenter, hade svaren eventuellt blivit annorlunda med anledning av att grupperna blivit mer jämstora och vi hade kunnat mäta skillnaderna bättre. Analysen hade således blivit mer statistisk säkerställd.

### **3.8.3 Val av skola**

Enligt Statistiska centralbyrån (SCB) (2010) är Laholms kommun utifrån en yrkesklassindelning ett arbetarklassområde, vilket innebär att de flesta lever utifrån ett normaliseringsperspektiv. Svaren på frågorna hade därför säkerligen varierat om vi valt att undersöka en skola i en överklasskommun alternativt valt flera skolor.

## **3.9 Etiska överväganden**

Det är viktigt att alltid fundera samt reflektera över de etiska aspekterna och vilka följder som kan uppkomma när man håller på med forskning. Enligt Johansson & Öberg (2008) finns det två frågor man bör fundera över inför studien men även under de olika val som görs under studiens gång

1. Kan någon komma till skada genom att ingå i studien?
2. Vilka konsekvenser kan studien få för de specifika aktörerna i den specifika miljön?  
(Johansson & Öberg, 2008:81)

Då ungdomarna i vår undersökning fick information om syftet med undersökningen hade de ett val om de ville delta eller inte. De garanterades även anonymitet, vilket är en av huvudprinciperna i forskning. I och med att den kvantitativa undersökningen dessutom gjordes i skolan - på en plats där många känner sig trygga – tror vi inte att frågorna fick några konsekvenser för de tillfrågade.

## 4 Analys

---

*I detta kapitel presenteras den empiri som samlats in samt en analys av resultatet, vilket har sin utgångspunkt i de hypoteser som satts upp under arbetets gång.*

---

### 4.1 Analytisk metod

När samtliga enkäter (bilaga I) samlats in numrerades dem från 1-104, ett identitetsnummer för formuläret, för att underlätta vid eventuella inläsningsfel. Svarsalternativen kodades sedan med värden från 1-4 beroende på hur många svarsalternativ det fanns per fråga. De som emellertid inte hade svarat på frågan alternativt fyllt i frågan fel, kodades som 0 – vilket klassas som ett partiellt bortfall. Det dataprogram som använts för analysen är SPSS (Statistical Package for the Social Sciences).

### 4.2 Signifikansnivå

För att se om det är några skillnader mellan samhällsklasserna och könen har en nollhypotes satts upp, vilket innebär att det inte finns några skillnader. Utifrån P-värdet kan man sedan avgöra sannolikheten (signifikansen) för resultatet, det vill säga om det finns en statistisk säkerställd skillnad eller inte mellan samhällsklasserna och könen. Den signifikansnivån som används i detta arbete är 0,05. Med anledning av att samtliga frågor i enkäten är av varianten nominal- alternativt ordinalskala har Chi-Square test används för att få fram signifikansen i hypotesen.

### 4.3 Bortfallsanalys

Det externa bortfallet i undersökningen beräknas till 34 procent med anledning av att många elever var på fotbollsturnering den dagen då enkäterna delades ut, vilket är anledning till underlaget på 104 enkäter. Totalt går det 158 sistaårselever på Osbecksgymnasiet i Laholm. I och med det kan man ana en skev könsfördelning bland eleverna, då 65 av de 104 respondenterna är tjejer. Av de 54 elever som inte deltog i undersökningen är 16 tjejer och 38 killar. Hade dessa elever medverkat i undersökningen, hade det således blivit en jämnare fördelning av könen. Någon bortfallsanalys på de elever som inte deltog i undersökningen har vi dock inte hunnit göra på grund av tidsbrist, varför vi inte vet något om denna grupp. Det



partiella bortfallet får emellertid betraktas som lågt, då majoriteten svarade på alla frågor i enkäten. (För utförligare information angående partiellt bortfall, se nedan avsnitt 4.4 Deskriptiv statistik).

#### 4.4 Deskriptiv statistik

I detta avsnitt presenteras beskrivande statistik i form av tabeller samt kortare kommentarer över svaren från samtliga frågor, vilka summerar respondenternas svar. För att se vilken tabell som hör till vilken fråga i enkäten, se bilaga I.

Tabell 4.1 Könsfördelning

	n	Procent
Tjej	65	62,5
Kille	39	37,5
Totalt	104	100

Majoriteten av respondenterna som svarat är tjejer (62,5 procent).

Tabell 4.2 Klassfördelning

	n	Procent
Överklass	12	11,5
Medelklass	26	25,0
Arbetarklass	57	54,8
Totalt	95	91,3
Bortfall	9	8,7
Totalt	104	100

Majoriteten av respondenterna tillhör arbetarklassen, 57 procent. Endast 12 procent betraktas som överklass och 26 procent som medelklass. Ett observandum är att denna fråga har ett högre bortfall än de övriga frågorna.

Tabell 4:3 Lever ett hälsosamt liv

	n	Procent
Ja	68	65,4
Nej	34	32,7
Totalt	102	98,1
Bortfall	2	1,9
Totalt	104	100

Två tredjedelar av respondenterna anser att de lever ett hälsosamt liv medan en tredjedel inte anser sig göra det. Här hade även respondenterna möjlighet att motivera sitt svar. De som svarat nej beskrev att det berodde på fel kost samt bristfällig motion

Tabell 4:4 Nöjd med sin kropp

	n	Procent
Ja	80	76,9
Nej	23	22,1
Totalt	103	99
Bortfall	1	1
Totalt	104	100

Ungdomarna som går sista året på gymnasiet i Laholm anser sig vara nöjda med sina kroppar (77 procent). De som inte ansåg sig vara nöjda med sina kroppar, fick möjlighet att motivera sitt svar, där majoriteten ansåg sig behöva träna mer för att bli smalare alternativt bygga muskler

Tabell 4:5 Hoppar över måltid

	n	Procent
Ja	49	47,1
Nej	55	52,9
Totalt	104	100

Ungefär hälften av ungdomarna hoppar någon gång över en måltid. De ungdomar som uppgav att de hoppade över någon måltid fick möjlighet att motivera sitt svar, där det framkom att det berodde på tidsbrist, att de sover för länge, äcklig mat i skolan, inte hungrig, orkar inte laga mat samt glömmer bort att äta.

Tabell 4.6 Måltider som hoppas över

	n	Procent
Frukost	38	36,5
Lunch	18	17,3
Mellanmål	25	24
Kvällsmat	4	3,8
Totalt	85	100

Av ungdomarna som hoppar över måltider, uppger 36,5 procent att de inte äter frukost, 17,3 procent lunch, 24 procent mellanmål och 3,8 procent kvällsmat.

Tabell 4.7 Snabbmat

	n	Procent
Aldrig	16	15,4
Dagligen	3	2,9
Några gånger i veckan	30	28,9
Endast på helgerna	52	50
Totalt	101	97,1
Bortfall	3	2,9
Totalt	104	100

Hälften av alla tjejer och killar äter endast snabbmat på helgerna och 15 procent äter aldrig snabbmat. Endast tre procent äter snabbmat dagligen.

Tabell 4:8 Godis och läsk

	n	Procent
Dagligen	14	13,5
Några gånger i veckan	52	50
Endast på helgerna	33	31,7
Aldrig	5	4,8
Totalt	104	100

Tittar man istället vidare på godis och läskkonsumtionen uppger hälften av eleverna att de äter godis och läsk några gånger i veckan och 33 procent att de endast äter på helgerna.

Tabell 4:9 Frukt och grönsaker

	n	Procent
Dagligen	47	45,2
Några gånger i veckan	45	43,3
Endast på helgerna	2	1,9
Aldrig	10	9,6
Totalt	104	100

Majoriteten av tjejerna samt killarna äter frukt och grönsaker dagligen eller några gånger i veckan. Tio procent äter aldrig frukt och grönsaker.

Tabell 4:10 Bantat någon gång

	n	Procent
Ja	20	19,2
Nej	82	78,9
Totalt	102	98,1
Bortfall	2	1,9
Totalt	104	100

Av totalt 102 respondenter uppger 19 procent att de någon gång bantat. Här fick respondenterna som svarat ja möjlighet att utvidga sitt svar med varför och hur många gånger de bantat. Majoriteten av de som bantat hade gjort det en till två gånger på grund av att de ville gå ner i vikt.

Tabell 4:11 Fysisk träning

	n	Procent
Inga	25	24,04
1-2 gånger/vecka	37	35,6
3-4 gånger/vecka	28	26,9
5-7 gånger/vecka	13	12,5
Totalt	103	99
Bortfall	1	1
Totalt	104	100

Av eleverna som utför någon form av fysisk aktivitet är det vanligast att man tränar en -två gånger/vecka, men det är även många som uppger att de tränar tre - fyra gånger/vecka. Dessutom uppger 24 procent att de aldrig utför någon form av fysisk träning.

Tabell 4:12 Antal timmar vid TV/datorn

	n	Procent
0-1 timme/dag	16	15,4
2-3 timmar/dag	44	42,3
4-5 timmar/dag	23	22,1
6 eller fler timmar/dag	20	19,2
Total	103	99
Bortfall	1	1
Totalt	104	100

Nästan hälften av tjejerna samt killarna sitter i genomsnitt vid TV eller datorn två-tre timmar/dag.

Tabell 4:13 Uträkning av BMI

	n	Procent
Undervikt	14	13,5
Idealvikt	71	68,3
Övervikt	6	5,8
Fetma	1	1
Totalt	92	88,5
Bortfall	12	11,5
Totalt	104	100

68 procent av alla elever har en vikt motsvarande idealvikt om man utgår från BMI. Endast sju procent har en vikt motsvarande övervikt eller fetma och 13 procent är underviktiga.

## 4.5 Hypotesprövning

Alla hypoteser utgår från Chi-Square test, vilket avgör om hypotesen förkastas eller inte. Ytterligare information kring respondenternas svar, ges dock i upplysande syfte. De flesta hypoteserna presenteras både textligt och i tabeller samt diagram, men har vid några tillfällen undvikits för att inte presentera allt för mycket irrelevanta siffror.

Ett problem som uppmärksammas under arbetets gång, är de fåtal individer som klassificerats som överklass, vilket försvårar hypotesprövningen, då det bör vara minst fem individer per cell för att man skall kunna göra en sambandsanalys. För att man skall kunna säga att det finns en statistisk säkerställd skillnad eller inte mellan samhällsklasserna, behöver man göra en större undersökning som omfattar fler individer i överklassen. I nuläget kan man således endast ana att det finns en möjlig skillnad eller inte mellan klasserna, då det inte går att dra någon faktisk slutsats av resultatet med anledning av de fåtal ungdomar som klassificerats som överklass.

### 4.5.1 Hypoteser kopplat till klass

**H<sub>1</sub>:** *Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende hur ofta de äter ohälsosam mat.*

Tabell 4:14 Klassificering/snabbmat

Snabbmat			Dagligen	Några gånger i veckan	Endast på helgen	Aldrig	Totalt
Klassificering	Överklass	n	1	5	5	1	12
		Procent	8,3	41,7	41,7	8,3	100
	Medelklass	n	0	6	13	7	26
		Procent	0,0	23,1	50,0	26,9	100
	Arbetarklass	n	1	16	29	8	54
		Procent	1,9	29,6	53,7	14,8	100
Totalt		n	2	27	47	16	92
		Procent	2,2	29,3	51,1	17,4	100

**Pearson Chi-Square: 0,415**

Tabell 4:15 Klassificering/godis och läsk

Godis och läsk			Dagligen	Några gånger i veckan	Endast på helgerna	Aldrig	Totalt
Klassificering	Överklass	n	1	9	2	0	12
		Procent	8,3	75,0	16,7	0,0	100
	Medelklass	n	4	15	5	3	27
		Procent	14,8	55,6	18,5	11,1	100
	Arbetarklass	n	8	23	24	1	56
		Procent	14,3	41,1	42,9	1,8	100
Totalt		n	13	47	31	4	95
		Procent	13,7	49,5	32,6	4,2	100

**Pearson Chi-Square: 0,072**

Utifrån tabell 4:14 ovan kan man ana en viss skillnad mellan vilken samhällsklass man tillhör och ohälsosam mat. Av de elever som ingår i kategorin överklass uppger 50 procent att de aldrig eller endast äter snabbmat på helgen, vilket motsvarar 76,9 procent i medelklassen och 68,5 i arbetarklassen. Med hänsyn till ovanstående resultat kan man således anta att ungdomarna i överklassen äter mer snabbmat än de två övriga samhällsklasserna, då 50 procent äter snabbmat dagligen eller några gånger i veckan, vilket motsvarar 23,1 procent i medelklassen och 26,9 procent i arbetarklassen. Utifrån tabell 4:15 ovan kan man dessutom utläsa att ungdomarna i överklassen äter godis och dricker läsk mer än vad ungdomarna övriga samhällsklasserna gör. 3/4 det vill säga 75 procent av ungdomar i överklassen äter godis och dricker läsk några gånger i veckan, vilket motsvarar 55,1 procent i medelklassen och 41,1 procent i arbetarklassen. Ungdomarna i arbetarklassen äter framförallt godis och dricker läsk på helgen (42,9), vilket motsvarar 18,5 procent i medelklassen 16,7 procent i arbetarklassen.

Utifrån ovanstående kan man således ana en viss skillnad mellan samhällsklasserna avseende hur ofta de äter ohälsosam mat, där man utifrån resultatet kan skönja att ungdomarna i överklassen äter sämre till skillnad från ungdomarna i medel- samt arbetarklassen. Skillnaden är dock inte tillräckligt stor för att man skall kunna säga att det finns en statistisk säkerställd skillnad mellan samhällsklasserna då P-värdet på snabbmat ligger på 0,415 och godis och läsk på 0,072, varför hypotesen förkastas.

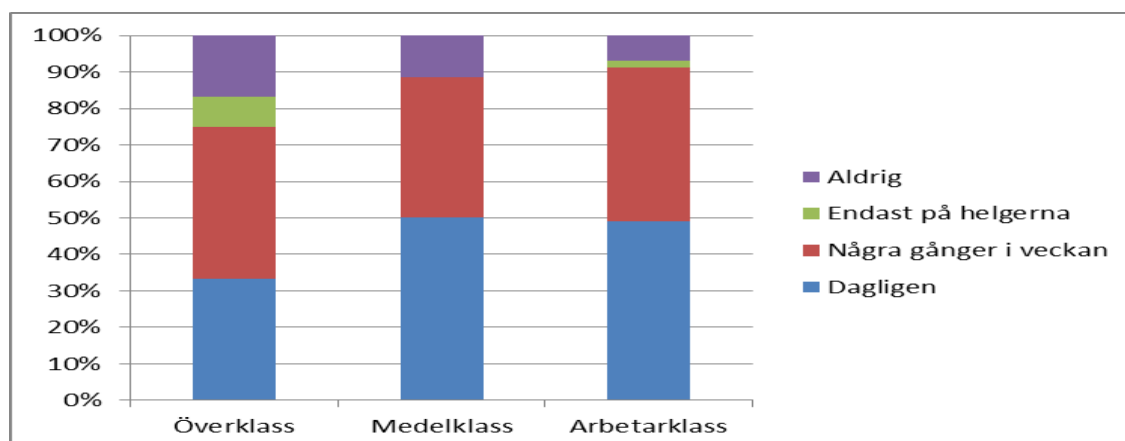
**H<sub>2</sub>:** *Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende hur mycket frukt och grönsaker de äter.*

Tabell 4:16 Klassificering/frukt och grönsaker

Frukt och grönsaker			Dagligen	Några gånger i veckan	Endast på helgerna	Aldrig	Totalt
Klassificering	Överklass	n	4	5	1	2	12
		Procent	33,3	41,7	8,3	16,7	100
	Medelklass	n	14	10	0	3	27
		Procent	51,9	37,0	0	11,1	100
	Arbetarklass	n	27	24	1	4	56
		Procent	48,2	42,9	1,8	7,1	100
Totalt		n	45	39	2	9	95
		Procent	47,4	41,4	2,1	9,5	100

**Pearson Chi-Square: 0,592**

Figur 4:1 Klassificering/frukt och grönsaker



Utifrån tabell 4:16 och figur 4:1 ovan kan man se att det inte finns någon direkt skillnad mellan medelklassen samt arbetarklassen avseende hur ofta de äter frukt och grönsaker. Däremot kan man urskilja en viss skillnad mellan ungdomarna i de lägre samhällsklasserna och överklassen, där överklassen tenderar att äta mindre frukt och grönsaker än de övriga samhällsklasserna. Av de ungdomar som aldrig eller endast äter frukt och grönsaker på helgen, kommer ungdomarna i överklassen upp i 25 procent, vilket motsvarar en siffra på 11,1 procent i medelklassen och 8,9 procent i arbetarklassen. Skillnaden mellan samhällsklasserna får således ses som marginell, vilket man även kan utläsa av P-värdet som ligger 0,592. Det finns således ingen statistisk säkerställd skillnad mellan samhällsklasserna och hur mycket frukt och grönsaker de äter, varför hypotesen förkastas.

**H<sub>3</sub>** *Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende deras vikt.*

Tabell 4:17 Klassificering/BMI

BMI			Undervikt	Idealvikt	Övervikt	Fetma	Totalt
Klassificering	Överklass	n	2	10	0	0	12
		Procent	16,9	83,3	0,0	0,0	100
	Medelklass	n	3	17	3	1	24
		Procent	12,5	70,8	12,5	4,2	100
	Arbetarklass	n	9	37	3	0	49
		Procent	18,4	75,5	6,1	0,0	100
Totalt		n	14	64	6	1	84
		Procent	16,5	75,3	7,1	1,2	100

**Pearson Chi-Square: 0,549**

Skillnaden mellan samhällsklasserna avseende deras vikt är marginella, vilket tydligt visas i tabell 4:17. Det som skiljer samhällsklasserna åt är framförallt ungdomarna som klassificeras som överviktiga eller feta, där ingen i överklassen har ett BMI motsvarande övervikt eller fetma, vilket cirka 16,7 % av ungdomarna i medelklassen samt 6,1 % i arbetarklassen har. Ett observandum är dock att 16,9 procent av ungdomarna i överklassen, 12,5 procent i medelklassen samt 18,4 procent i arbetarklassen har klassificerats som underviktiga. Hypotesen får således förkastas med anledning av att det inte finns någon statistisk säkerställd skillnad mellan grupperna, vilket man kan utläsa av P-värdet som ligger på 0,549. Skillnaderna mellan grupperna är således marginell.

**H<sub>4</sub>**: *Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende om de har bantat eller inte.*

Av ungdomarna i överklassen uppger 16,7 procent att de bantat någon gång, vilket motsvarar en siffra på 23,1 procent i medelklassen och 19,3 procent i arbetarklassen. Skillnaden mellan samhällsklasserna är således marginell. Man kan inte säga att det finns någon säkerställd skillnad mellan samhällsklasserna då P-värdet ligger på är 0,880. Hypotesen får således förkastas.



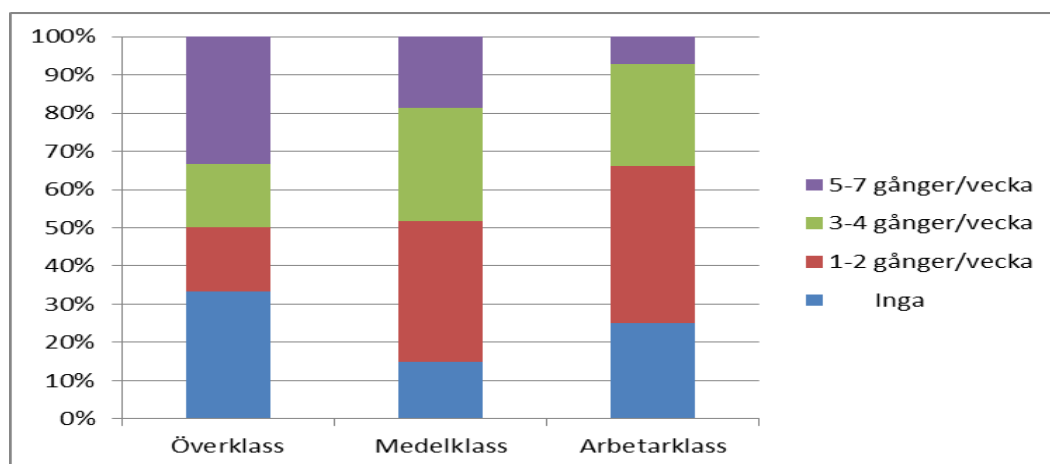
**H<sub>5</sub>:** *Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende hur mycket fysisk träning de utövar.*

Tabell 4:18 Klassificering/fysisk träning

Fysisk aktivitet/vecka			Inga	1-2	3-4	5-7	Totalt
				gånger/v	gånger/v	gånger/v	
				ecka	ecka	ecka	
Klassificering	Överklass	n	4	2	2	4	12
		Procent	33,3	16,7	16,7	33,3	100
	Medelklass	n	4	10	8	5	27
		Procent	14,8	37,0	29,6	18,5	100
	Arbetarklass	n	14	23	15	4	56
		Procent	25,0	41,1	26,8	7,1	100
Totalt		n	22	35	25	13	95
		Procent	23,2	36,8	26,3	13,7	100

**Pearson Chi-Square: 0,164**

Figur 4:2 Fysisk träning



Avseende fysisk träning kan man ana en skillnad mellan samhällsklasserna, vilket kan utläsas av tabell 4:18 och figur 4:2 ovan. Av ungdomarna i överklassen uppger emellertid 33,3 procent att de inte utför någon fysisk träning alls, vilket motsvarar en siffra på 15,4 procent i medelklassen och 24,6 procent i arbetarklassen. Om man istället fokuserar på de som tränar kan man se att det skiljer sig mellan hur ofta de tränar per vecka. I överklassen är det vanligast att man tränar 5-7 gånger per vecka medan en-två gånger per vecka är det vanligaste i medel- samt arbetarklassen. Utifrån P-värdet kan man således ana att det finns en viss skillnad mellan klasserna, dock inte tillräckligt stor för att man skall kunna säga att det finns en statistisk säkerställd skillnad mellan grupperna, då P-värdet ligger på 0,164, det vill säga över 0,05. Hypotesen får således förkastas.

**H<sub>6</sub>:** *Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende om de lever ett hälsosamt liv eller inte.*

Tabell 4:19 Klassificering/lever ett hälsosamt liv

Lever ett hälsosamt liv?			Ja	Nej	Totalt
Klassificering	Överklass	n	7	4	11
		Procent	63,6	36,4	100
	Medelklass	n	21	6	27
		Procent	77,8	22,2	100
	Arbetarklass	n	35	20	55
		Procent	63,6	36,4	100
Totalt		n	63	30	93
		Procent	67,7	32,3	100

**Pearson Chi-Square: 0,416**

Utifrån tabell 4:19 ovan kan man endast se en marginell skillnad mellan samhällsklasserna och om ungdomarna anser sig leva ett hälsosamt liv eller inte. Av ungdomarna i överklassen samt arbetarklassen anser 63,7 procent att de lever ett hälsosamt liv, vilket motsvarar 77,8 procent i medelklassen. Hypotesen får således förkastas, vilket även kan utläsas av P-värdet som ligger på 0,416.

**H<sub>7</sub>:** *Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende hur nöjda de är med sin kropp.*

Skillnaderna mellan de olika samhällsklasserna får ses som marginell, då cirka 80 procent av alla respondenter oavsett samhällsklass är nöjda med sin kropp. Hypotesen kan således förkastas eftersom det inte finns någon statistisk säkerställd skillnad mellan samhällsklasserna (Pearson Chi-Square: 0,871).

**H<sub>8</sub>:** *Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende om de hoppar över måltider eller inte.*

Tabell 4:20 Klassificering/hoppar över måltid

Hoppar över måltid?			Ja	Nej	Totalt
Klassificering	Överklass	n	7	5	12
		Procent	58,3	41,7	100
	Medelklass	n	11	15	26
		Procent	42,3	57,7	100
	Arbetarklass	n	26	31	13
		Procent	45,6	54,5	100
Totalt		n	44	51	95
		Procent	46,3	53,7	100

**Pearson Chi-Square: 0,645**

Utifrån tabell 4:20 ovan kan man inte säga att det finns någon tydlig skillnad mellan klasserna om man brukar hoppa över måltider eller inte. Av ungdomarna i arbetarklassen hoppar 45,6 procent över någon måltid, vilket motsvarar 42,3 procent i medelklassen och 58,3 procent i överklassen. Det finns således ingen statistiskt säkerställd skillnad mellan samhällsklasserna, vilket man även kan utläsa av P-värdet som är 0,645, varför hypotesen förkastas.

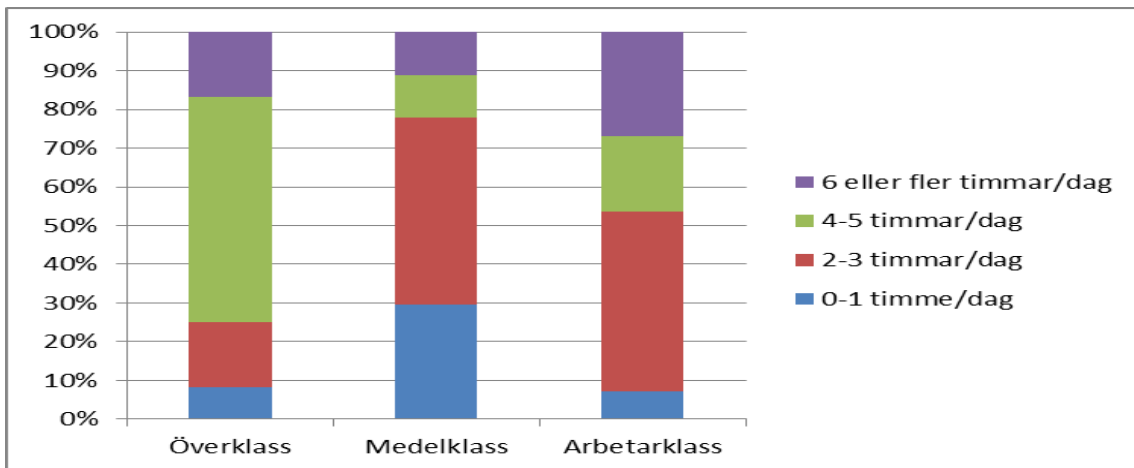
**H<sub>9</sub>:** *Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende hur mycket tid de sitter framför TV eller datorn.*

Tabell 4:21 Klassificering/antal timmar vid TV/datorn

Antal timmar vid TV/datorn			0-1 timme/d ag	2-3 timmar/ dag	4-5 timmar/dag	6 eller fler timmar/dag	Totalt
Klassificering	Överklass	n	1	2	7	2	12
		Procent	8,3	16,7	58,3	16,7	100
	Medelklass	n	8	13	3	3	27
		Procent	29,6	48,1	11,1	11,1	100
	Arbetarklass	n	4	26	11	15	56
		Procent	7,1	46,4	19,6	26,8	100
Totalt		n	13	41	21	20	95
		Procent	13,7	43,2	22,1	21,1	100

**Pearson Chi-Square: 0,002**

Figur 4:4 Antal timmar vid datorn



Utifrån tabell 4:21 och figur 4:4 kan man skönja en betydande skillnad mellan samhällsklasserna. Ungdomarna i överklassen får dock ses som de som sitter mest framför datorn eller TV man jämför ungdomarna i medelklassen och arbetarklassen är inte skillnaderna så stora, däremot kan man se tydliga skillnader mellan överklassen och de lägre samhällsklasserna. Majoriteten av ungdomarna i överklassen sitter fyra - fem timmar vid TV eller datorn varje dag, det vill säga 75 procent, vilket motsvarar cirka 20 procent av ungdomarna i medelklassen och 45 procent i arbetarklassen om man slår samman fyra - fem samt sex eller fler timmar per dag. Det finns således en statistisk säkerställd skillnad mellan överklassen och de lägre samhällsklasserna (P-värde på 0,002), vilket gör att hypotesen inte kan förkastas.

## 4.5.2 Hypoteser kopplat till genus

**H<sub>10</sub>:** *Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående hur ofta de äter ohälsosam mat.*

Tabell 4:22 Kön/snabbmat

Snabbmat			Dagligen	Några gånger i veckan	Endast på helgerna	Aldrig	Totalt
Kön	Tjej	n	0	17	32	14	63
		Procent	0,0	27,0	50,8	22,2	100
	Kille	n	3	13	20	2	38
		Procent	7,9	34,2	52,6	5,3	100
Totalt		n	3	30	52	16	101
		Procent	3,0	29,7	51,5	15,8	100

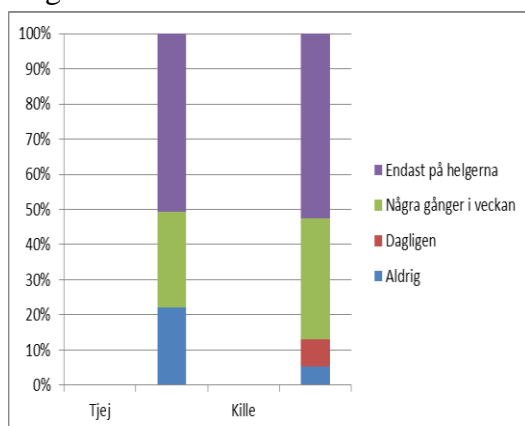
**Pearson Chi-Square: 0,021**

Tabell 4:23 Kön/godis och läsk

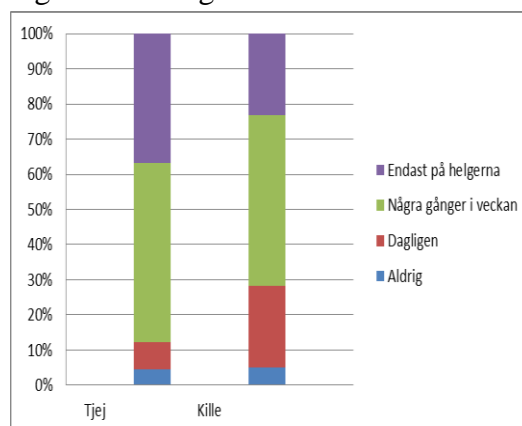
Hur ofta äter du godis och läsk?			Dagligen	Några gånger i veckan	Endast på helgerna	Aldrig	Totalt
Kön	Tjej	n	5	33	24	3	65
		Procent	7,7	50,8	36,9	4,6	100
	Kille	n	9	19	9	2	39
		Procent	23,1	48,7	23,1	5,1	100
Totalt		n	14	52	33	5	104
		Procent	13,5	50,0	31,7	4,8	100

**Pearson Chi-Square: 0,122**

Figur 4:5 Kön/snabbmat



Figur 4:6 Kön/godis och läsk



Utifrån tabell 4:22 och figur 4:5 ovan kan man se att det endast är ett fåtal elever som äter snabbmat dagligen. Majoriteten av båda könen äter mestadels snabbmat på helgen eller några gånger i veckan. Den stora skillnaden mellan tjejer och killar är huruvida de aldrig äter ohälsosam kost, där 14 % av tjejerna och endast två procent av killarna uppger att de aldrig

äter snabbmat. Tabell 4:23 och Figur 4:6 ovan visar på att majoriteten av ungdomarna äter godis och läsk någon gång i veckan eller på helgen, ingen större skillnad mellan könen. Utifrån ovanstående resultat kan man således inte förkasta hypotesen med anledning av att P-värdena skiljer sig mellan 0,022 och 0,122. Utifrån 0,022 är det statistiskt säkerställt att det finns en skillnad mellan könen och ohälsosam mat. Det andra värdet överstiger emellertid 0,05, men då 0,122 ändå är relativt lågt och vägs samman med 0,022 angående snabbmat, kan hypotesen inte förkastas.

**H<sub>11</sub>:** *Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående hur mycket frukt och grönsaker de äter.*

Tabell 4:24 Kön/frukt och grönsaker

			Dagligen	Några gånger i veckan	Endast på helgerna	Aldrig	Totalt
Kön	Tjej	n	33	27	0	5	65
		Procent	50,8	41,5	0,0	7,7	100
	Kille	n	14	18	2	5	39
		Procent	35,9	46,2	5,1	12,8	100
Total		n	47	45	2	10	104
		Procent	45,2	43,3	1,9	9,6	100
<b>Pearson Chi-Square: 0,150</b>							

Skillnaden mellan hur mycket frukt och grönsaker tjejer och killar äter skiljer sig inte så mycket åt utifrån tabell 4:24 ovan. Av killarna äter 12,8 procent aldrig frukt, vilket motsvarar 7,7 procent av tjejerna. Det finns dock ingen statistisk säkerställd skillnad mellan könen då P-värdet (0,150) överstiger 0,05, vilket gör att hypotesen förkastas.

**H<sub>12</sub>:** *Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående deras vikt.*

Majoriteten av både killarna samt tjejerna har en vikt inom den gräns som betecknas som idealvikt. Endast två procent av tjejerna samt fem procent av killarna lider av övervikt eller fetma. Tittar man vidare på de som är underviktiga är det inte heller så stor del av eleverna som ligger under denna gräns, nio procent av tjejerna och fem procent av killarna. Det finns dock ingen säkerställd skillnad då Pearson Chi-Square värdet ligger på 0,232, varför hypotesen förkastas.

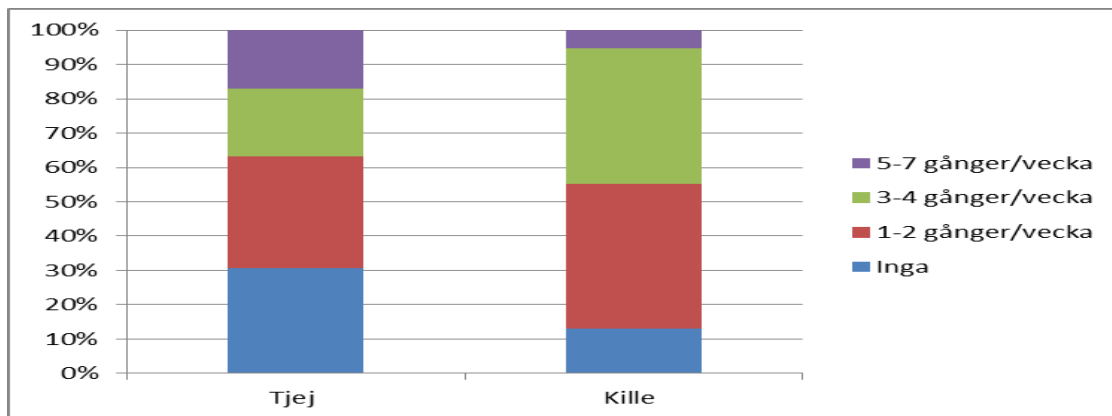
**H<sub>13</sub>:** Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående hur mycket fysisk träning de utövar.

Tabell 4:25 Kön/fysisk träning

Fysisk träning		Ingen	1-2 gånger/vecka	3-4 gånger/vecka	5-7 gånger/vecka	Totalt
Kön	Tjej	n	20	21	13	65
		Procent	30,8	32,3	20,0	100
	Kille	n	5	16	15	38
		Procent	13,2	42,1	39,5	100
Totalt		n	25	37	28	103
		Procent	24,3	35,9	27,2	100

**Pearson Chi-Square: 0,022**

Figur 4:7 Kön/ fysisk träning



30 procent av tjejerna vilket motsvarar cirka 15 procent av killarna utför ingen fysisk aktivitet. Tittar man vidare på de som utför någon fysisk aktivitet uppger i stort sett alla killar att de tränar mellan 1-4 gånger i veckan (80 procent), vilket endast motsvarar 50 procent av tjejerna. Det finns således en statistisk säkerställd skillnad mellan tjejer och killars fysiska aktivitet. Hypotesen kan således inte förkastas, då P-värdet är 0,022, vilket är under 0,05.

**H<sub>14</sub>:** *Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående hur de uppfattar sig leva ett hälsosamt liv.*

Det är ingen skillnad alls mellan könen angående om de anser sig leva ett hälsosamt liv eller inte. 66,7 procent anser att de lever ett hälsosamt liv medan 33,3 procent inte anser sig göra det. Ovanstående resultat kan även bekräftas med Pearson Chi-Square-värdet som är 1,000, vilket konstaterar att det inte finns någon säkerställd skillnad alls mellan könen, varför hypotesen förkastas.

**H<sub>15</sub>:** *Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående om de hoppar oftare över måltider eller inte.*

Ungefär hälften av alla killar och tjejer brukar hoppa över någon måltid. Det finns således ingen statistisk säkerställd skillnad mellan könen, då Pearson Chi-Square uppgår till 0,510, vilket gör att hypotesen förkastas.

**H<sub>16</sub>:** *Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående om de bantat eller inte.*

Majoriteten av alla elever som går sista året har inte bantat någon gång oavsett kille eller tjej. Av killarna har endast fem stycken bantat och av tjejerna 15 stycken. Skillnaden mellan killar och tjejer avseende om de har bantat någon gång är således inte tillräckligt stor för att man ska kunna säga att det är någon statistisk säkerställd skillnad då Pearson Chi-Square är 0,206. Hypotesen kan således förkastas.

**H<sub>17</sub>:** *Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående hur mycket tid de ägnar framför TV eller datorn.*

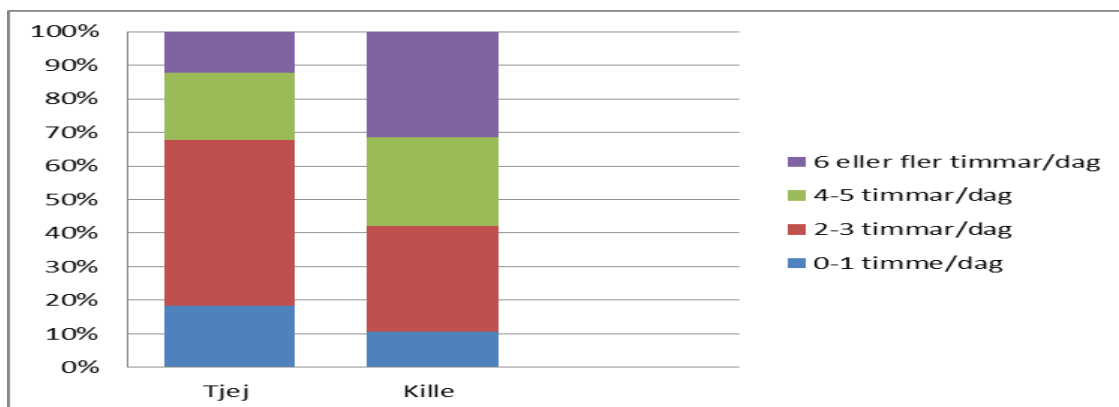
Tabell 4:26 Kön/antal timmar vid TV/datorn

Antal timmar vid TV/datorn		0-1 timme/dag	2-3 timmar/dag	4-5 timmar/dag	6 eller fler timmar/dag	Totalt	
Kön	Tjej	n	12	32	13	8	65
		Procent	18,5	49,2	20,0	12,3	100
	Kille	n	4	12	10	12	38
		Procent	10,5	31,6	26,3	31,6	100
Totalt		n	16	44	23	20	103
		Procent	15,5	42,7	22,3	19,4	100

**Pearson Chi-Square: 0,052**



Figur 4:8 Antal timmar vid TV/datorn



Utifrån tabell 4:26 och figur 4:8 ovan kan man se en tydlig skillnad mellan hur många timmar killar samt tjejer sitter framför TV eller datorn, där killarna sitter många fler timmar per gång tillskillnad från tjejerna. P-värdet ligger på 0,052, men trots det kan man säga att det finns en statistisk säkerställd skillnad mellan killarna och tjejerna, då värdet ligger precis över 0,05. Hypotesen kan således inte förkastas.

## 4.6 Sammanfattning av hypoteser

Ovan har 17 olika hypoteser prövats i kategorierna klass och genus. Nedan görs en sammanfattande uppställning av dessa (se tabell 4:27 och 4:28 nedan). Sammanfattningsvis har fyra hypoteser för samhällsklass och tre hypoteser för genus inte förkastats.

Tabell 4:27 Summering av hypotestest

Hypoteser avseende samhällsklass	Test	Förkasta/förkasta inte
H1 Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende hur ofta de äter ohälsosam mat	Chi-Square	Förkastas
H2 Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende hur mycket frukt och grönsaker de äter	Chi-Square	Förkastas
H3 Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende deras vikt	Chi-Square	Förkastas
H4 Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende om de har bantat eller inte	Chi-Square	Förkastas
H5 Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende hur mycket fysisk aktivitet de utövar	Chi-Square	Förkastas

H6	Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende om de lever ett hälsosamt liv eller inte.	Chi-Square	Förkastas
H7	Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende hur nöjda de är med sin kropp.	Chi-Square	Förkastas
H8	Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende om de hoppar över måltider eller inte.	Chi-Square	Förkastas
H9	Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende hur mycket tid de sitter framför TV eller datorn.	Chi-Square	Förkasta inte

Tabell 4:28 Summering av hypotestest

Hypoteser avseende genus	Test	Förkasta/förkasta inte
H10 Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående hur ofta de äter ohälsosam mat.	Chi-Square	Förkasta inte
H11 Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående hur mycket frukt och grönsaker de äter.	Chi-Square	Förkastas
H12 Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående deras vikt.	Chi-Square	Förkastas
H13 Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående hur mycket fysisk träning de utövar.	Chi-Square	Förkasta inte
H14 Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående om de lever ett hälsosamt liv eller inte.	Chi-Square	Förkastas
H15 Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående om de hoppar över måltider eller inte.	Chi-Square	Förkastas
H16 Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående om de bantat eller inte.	Chi-Square	Förkastas
H17 Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående hur mycket tid de ägnar framför TV eller datorn.	Chi-Square	Förkastas inte

## 5 Resultat

---

*I detta kapitel presenteras de slutsatser som dragits utifrån analysen, kopplat till tidigare forskning och teori. Avslutningsvis ges förslag på vidare forskning som kan vara intressanta att utföra.*

---

### 5.1 Utgångspunkt

Syftet med denna studie är att undersöka klass- och könsskillnader angående ungdomars levnadsvanor avseende kost och motion samt vad de gör för att upprätthålla ett hälsosamt liv. Detta kapitel är således baserat på frågeställningarna i kapitel ett.

- Har klasskillnader någon betydelse avseende ungdomars levnadsvanor?
- Har kön någon betydelse avseende ungdomars levnadsvanor?

#### 5.1.1 Betydelsen av hälsa, kost och motion för ungdomarna

Ungdomarnas hälsa utifrån enkätundersökningen får ses som sund samtidigt som de är väl införstådda med hur de ska leva för att upprätthålla ett hälsosamt liv. Alla lever dock inte upp till ett hälsosamt liv, men de är ändå medvetna om vad de borde förändra i sitt liv för att förbättra sin hälsa genom bättre kost och ökad fysisk aktivitet. Utifrån tidigare studier framkommer det att övervikten ökar bland ungdomarna i samhället, där 15-20 procent av alla ungdomar beräknas som överviktiga (Statistiska centralbyrån, 2010; Sveriges Riksdags motion 2002/03: Kr333; Primärvården Halland, 2001; 2006; Forskning.se). Av ungdomarna som går sista året på Osbecksgymnasiet i Laholm är ca 7 procent överviktiga, då 68 procent har en vikt motsvarande idealvikt enligt BMI-uträkning. Ett observandum är emellertid att nästan 14 procent av alla respondenterna är underviktiga, vilket kan leda till konsekvenser som ätstörningar etcetera, då det i undersökningen även framkom att 20 procent någon gång har bantat för att gå ner i vikt. Samtidigt tycker dock 80 procent att de är nöjda med sin kropp, vilket får ses som ett positivt resultat. Hälsa, kost och motion har således en stor betydelse för ungdomarna i dag, vilket majoriteten av respondenter är väl medvetna om. De ungdomar som emellertid inte bryr sig om sin hälsa lika mycket riskerar att bli stämplade som avvikare av sina kamrater, vilket leder till förstärkning av det avvikande beteendet samtidigt som man söker sig till likasinnade för att reparera en negativ självbild.

### 5.1.2 Klasskillnader och hälsa

Utifrån ett klassperspektiv kan man endast ana marginella skillnader mellan samhällsklasserna. Av de nio hypoteser som sattes upp, förkastades åtta stycken. Den enda hypotes där man kan skönja en statistisk säkerställd skillnad mellan klasserna är hur mycket tid ungdomarna ägnar framför datorn eller Tv:n varje dag, där det framkom att ungdomarna i överklassen sitter flera timmar per dag tillskillnad från de lägre samhällsklasserna.

Utifrån tidigare forskning har det framkommit att det finns en skillnad i hälsotillståndet mellan samhällsklasserna, där de högre klasserna oftare upplever sitt hälsotillstånd som bra till skillnad från de lägre samhällsklasserna (Giddens, 2000). Detta går dock inte att fastställa enbart med de antal respondenter som deltagit i denna undersökning, då antalet elever som klassificerats som överklass inte är tillräckligt stor. För att kunna dra några faktiska slutsatser krävs ett större antal respondenter. Utifrån ovanstående räcker det således inte att enbart undersöka sistaårselever på Osbecksgymnasiet i Laholm, utan man måste gå vidare och eventuellt undersöka alla elever som går på skolan för att göra en statistisk säkerställd sambandsanalys. Trots ovanstående kan man urskilja en möjlig skillnad mellan vilken samhällsklass ungdomen tillhör och ohälsosam mat, där ungdomarna i överklassen till viss del äter mer snabbmat samt äter mer godis och dricker mer läsk än de två övriga samhällsklasserna. Man kan även ana en möjlig tendens till att ungdomarna i överklassen äter mindre frukt och grönsaker än ungdomarna i medel- och arbetarklassen. Detta stämmer emellertid inte överens med tidigare studier, där det framkommit att de lägre samhällsklasserna äter sämre mat samt mindre frukt och grönsaker på grund av det dyra priset (Giddens, 2000; Primärvården Halland 2001: 2006). Skillnaden mellan ungdomarnas vikt och vilken samhällsklass de tillhör får dock ses som marginell. Det som emellertid skiljer samhällsklasserna åt är att det inte är någon i överklassen som klassificerats som överviktig, frågan är vad detta beror på? Har pengar och status en betydelse avseende ungdomars vikt?

Det framkommer även i undersökningen att drygt 40 procent av ungdomarna i medel- samt arbetarklassen hoppar över måltider, vilket motsvarar ungefär 60 procent av ungdomarna i överklassen. Utifrån tidigare studier framkommer det att 9,1 procent av skolelever regelbundet hoppar över skollunchen (Lantbrukarnas Riksförbund, 2007) Denna siffra är nästan dubbelt så hög bland sistaårseleverna på Osbecksgymnasiet i Laholm, där svaret blev 17,3 procent. Av respondenterna uppger även 36,5 procent att de hoppar över frukosten. Att hoppa över måltider är dock inte farligt om det sker vid något enstaka tillfälle, men om det

sker regelbundet kan det leda till ätstörningar av olika slag (Primärvården Halland, 2001; 2006). Av analysen kan man även se en påtaglig skillnad mellan samhällsklassernas fysiska träning, där ungdomarna i överklassen tränar fler antal gånger per vecka till skillnad från de övriga samhällsklasserna. Samtidigt utövar 1/3 (33,3 procent) av ungdomarna i överklassen ingen fysisk aktivitet alls, vilket motsvarar 15,4 procent i medelklassen och 24,6 procent i arbetarklassen.

Utifrån ovanstående resultat kan man således säga att det endast finns en marginell skillnad mellan samhällsklasserna avseende ungdomars hälsa. Frågan är emellertid om det verkligen är samhällsklassen i sig som är avgörande när det gäller ungdomarnas hälsa eller om det finns andra avgörande faktorer? Habitus samt det kulturella kapitalet, vilket handlar om det arv man får av sina föräldrar i form av vanor och värderingar, tar upp en eventuellt avgörande betydelse för ungdomens hälsa. Där man kan konstatera att om föräldrarna äter mycket ohälsosam mat gör automatiskt även barnen det, likaså gällande fysisk träning. De som har med sig ett högt kapital hemifrån är således mer hälsomedvetna till skillnad från de med ett lågt kapital. Ett starkt habitus och ett starkt kapital leder även till att man har ett högt socialt fält och en stark praktiker, vilket innebär att man är mer införstådd med hur allt fungerar, man engagerar och aktiverar sig mer i sin hälsa till skillnad från de med ett lågt socialt fält som tyvärr inte bryr sig lika mycket trots att man vet att det är viktigt (Bourdieu, 1997;1999).

Klassteorin är således ett intressant perspektiv att använda när man skall mäta hälsa, men då endast en av hypoteserna i detta arbete visade på ett möjligt samband mellan samhällsklasserna, kan man ana att det inte endast är samhällsklassen i sig som är avgörande för ungdomens hälsa. Utifrån ovanstående har således även andra faktorer i samhället en påtaglig betydelse avseende hur hälsomedveten man är och hur mycket man bryr sig om sin hälsa i helhet. En möjlig orsak kan vara den ungdomskultur som råder i samhället samt olika teorier inom avvikande beteende, vilka påverkar ungdomarnas levnadsvanor avseende kost och motion. Skulle man avvika från de normer och regler som betraktas som ”normala” inom ungdomskulturen riskerar man att bli stämplad av andra individer. Det är dock viktigt att man är medveten om att avvikelse är nödvändig för att skapa förändringar i samhället (Giddens, 2000).

### 5.1.3 Genus och hälsa

Om man istället utgår från genusperspektivet avseende ungdomars hälsa, kost och träning, ser man att det inte är så stora skillnader mellan tjejer och killar då fem av åtta hypoteser förkastats. De tre hypoteser där det finns en statistisk säkerställd skillnad mellan könen hur mycket ohälsosam mat de äter, fysisk träning och hur mycket tid man sitter framför Tv:n eller datorn. Utifrån tidigare studier (Primärvården Halland, 2001;2006: ungdomsundersökning från Bohuslän, 1999) framkommer det att ungdomar behöver öka sin fysiska aktivitet, då en tredjedel av tjejerna och en fjärdedel av killarna inte utför någon fysisk aktivitet alls. Detta stämmer till stor del in på tjejerna i undersökningen, men inte på killarna som snarare tränar mer än vad som beskrivits i de tidigare undersökningarna. Av killarna i undersökningen tränar 80 procent en - fyra gånger i veckan, endast 13 procent utför ingen fysisk aktivitet. Hur mycket man tränar alternativt inte tränar kan ha ett samband med de positiva och negativa förstärkningarna som socialisationsagenterna sänder ut, vilket påverkar hur man väljer att forma och konstruera sin kropp (Giddens, 2000). Samtidigt kan man se en skillnad mellan hur mycket tid man sitter framför TV eller datorn per dag, där killar tenderar att sitta fler timmar per dag tillskillnad från tjejerna. Tittar man istället närmare på hur de äter, ser man en skillnad mellan könen, där det framkommer att killar i större utsträckning äter mer ohälsosam mat till skillnad från tjejerna. Utifrån ovanstående kan man endast säga att det finns en marginell skillnad mellan könen angående deras hälsotänkande, då man i många av frågorna inte kunnat konstatera någon statistisk säkerställd skillnad mellan könen. Könssrollsocialisationen har dock en avgörande betydelse avseende ungdomens hälsa genom socialisationsagenterna positiva och negativa förstärkningar, vilket påverkar hur man väljer att forma och konstruera sin kropp.

Genusteorin är således ett intressant perspektiv, men inte avgörande för att fastställa skillnaderna mellan hälsan. De fåtal skillnader som finns mellan könen beror snarare på de olika teorier inom avvikande beteende i form av stämplingsteorin, där de normer och regler som finns i de sociala grupperingarna i samhället får en påtaglig betydelse. Avviker man från dessa normer och regler risker man dock att bli stigmatiserad och stämplad som avvikare. Utöver ovanstående har även ungdomskulturen i sig har en betydande påverkan avseende ungdomars levnadsförhållande, vilken särskiljer ungdomars stilar och uttryck hos olika ungdomsgrupper. Ungdomskulturen påverkar således ungdomarnas levnadsvanor avseende kost och fysisk aktivitet, vilket i sin helhet påverkar deras hälsa

## 5.2 Fortsatt forskning

Under arbetets gång har olika förslag och idéer till inriktningar samt ämne dykt upp, men som vi valt att utelämna på grund av arbetets omfattning och tidsbrist.

- Samtidigt som ungdomars fysiska hälsa blir sämre, försämras även deras psykiska hälsa. Barn och ungdomar mår i dag allt sämre avseende deras psykiska tillstånd i form av magont, huvudvärk etcetera, varför det hade varit intressant att även undersöka deras psykiska hälsa.
- Ungdomars ideal - hur de ser på sig själva och vilken självbild de har.

## 6 Diskussion

---

*I följande kapitel diskuterar vi utifrån egna reflektioner och erfarenheter om ungdomars levnadsvanor avseende kost och motion.*

---

Syftet med studien var att undersöka ungdomars levnadsvanor avseende kost och motion samt vad de gör för att upprätthålla ett hälsosamt liv utifrån ett klass- och genusperspektiv. Baserat på dessa teorier har 17 hypoteser tagits fram, vilka har delats in i åtta hypoteser tillhörande genus och nio hypoteser tillhörande klass. Resultatet visar att tio av 17 hypoteser har förkastats. Det visade sig finnas skillnader mellan könen på tre olika områden, ohälsosam mat, motion och tiden som spenderas framför Tv:n eller datorn. Hypoteserna på klass visar fyra signifikanta skillnader mellan de olika samhällsklasserna, inkluderat hur mycket frukt och grönsaker de äter, om de uppfattar sig leva ett hälsosamt liv, om de hoppar över måltider och hur mycket tid som spenderas framför Tv:n eller datorn.

Ämnet ungdomshälsa och friskvård är således en viktig del i ungdomars levnadsvanor och hälsotänkande, varför det förebyggande arbetet får en påtaglig betydelse. Många ungdomar idag sitter mycket stilla både i skolan och på fritiden, varför vi anser det märkligt att man tar bort idrotten sista året på gymnasiet, om man inte självmant väljer det som tillval. Idrotten borde enligt vår uppfattning vara ett obligatoriskt ämne med anledning av att tidigare studier påvisat att övervikten ökar bland ungdomarna, dock inte bland ungdomarna som går sista året på Osbecksgymnasiet i Laholm. Visst kostar det kommunen pengar i och med att idrottsläraren skall ha lön, men samtidigt kan man se det som ett långsiktigt sparande i och med att man förebygger diverse skador på kroppen och sjukdomar, som annars skulle kostat samhället pengar genom sjukvård.

Enligt vår undersökning framkommer det att 24 procent inte utför någon fysisk träning alls. Frågan är emellertid vad det beror på. Är det för att de inte har tid eller är det motivationen som saknas? Man behöver dock inte gå till gymmet eller liknande för att utöva fysisk aktivitet utan istället försöka ta tillvara på den vardagliga motionen som till exempel att gå eller cykla till kompisarna, istället för att be mamma eller pappa köra en. Det är därför viktigt att föräldrarna uppmuntrar ungdomarna till den vardagliga motionen, då den även håller kroppen i trim samtidigt som den förebygger övervikt, hjärt- och kärlsjukdomar, skelett och leder. Det



är således viktigt att ungdomar har en helhetssyn avseende deras hälsa, men ibland behövs lite påbackning av föräldrar och personal på skolan för att må bra.

Kosten är dock ett bekymmer för ungdomarna, då allt fler väljer att hoppa över måltider. I vår undersökning framkommer det att 47 procent hoppar över någon måltid, varav 36 procent hoppar över frukosten, vilket bland annat beror på att de inte har tid på morgonen då de prioriterar att sova så länge som möjligt. För att motivera ungdomarna till bra kostvanor skulle skolan precis som vissa arbetsplatser alltid kunna se till att frukt och grönsaker finns tillgängliga för att hålla elevernas sockernivå jämn under hela dagen. Skolorna är ungdomars arbetsplats då vissa ungdomar är där från åtta till halv fem och under den tiden har vissa ungdomar endast ätit skollunch, om de nu ens gjort det. Även en förbättring utav skolmaten genom en nyare sammansättning med hänsyn till näringsinnehåll, utseende och smak, tror vi kan bidra till att fler ungdomar äter lunch i skolan. Ett annat alternativ hade eventuellt kunnat vara att alltid ha en pastasallad eller liknande som alternativ till lunchen, varpå ungdomarna har ett större utbud att välja på. Detta med anledning av att en vuxen människa hade varit sur, trött, irriterad och hungrig när de kom hem efter en lång arbetsdag utan att ha ätit på hela dagen, vilket säkerligen även ungdomarna är efter en lång dag i skolan. Maten är således en av de viktigaste faktorerna för hälsa och välbefinnande. Det gäller dock att kommunerna vågar satsa istället för att bara tänka på den begränsade budgeten.

## 7 Referenslista

Andersson, Gunvor & Swärd Hans (2008). ” Etiska reflektioner” I Anna Meeuwisse, Hans Swärd, Rosmari Eliasson-Lappalainen, & Katarina Jacobsson (red): *Forskningsmetodik för socialvetare*. Stockholm: Natur och Kultur.

Andersson, Joakim. Kunskapsskolan i Helsingborg. Telefonintervju 2010-11-07.

Aspers, Patrik (2010). *Etnografiska metoder: att förstå och förklara samtiden*. Malmö: Liber.

Bourdieu, Pierre (1997). *Kultur och kritik*, Göteborg: MediaPrint, Uddevalla AB.

Bourdieu, Pierre (1999). *Praktiskt förnuft. Bidrag till en handlingsteori*. Göteborg: MediaPrint. Uddevalla AB.

Forskning.se. (Elektronisk)

<<http://www.forskning.se/temaninteraktivt/teman/globalfetma/tiofragorsvar/fragorochsvar/hur-drabbasbarnavfetma.5.61c03dad1180e26cb8780005274.html>> (2010-11-03).

Giddens, Anthony (2003). *Sociologi*. Lund: Studentlitteratur.

Hälsotek.se. (Elektronisk)

<<http://www.halsotek.se/BMI.html>> (2010-12-29).

Johansson, Anna & Öberg, Peter (2008). ”Biografi- och livsberättelseforskning” I Anna Meeuwisse, Hans Swärd, Rosmari Eliasson-Lappalainen, & Katarina Jacobsson (red). *Forskningsmetodik för socialvetare*. Stockholm: Natur och Kultur.

Lantbrukarnas Riksförbund (2007). ”*Skolmatens vänner*”. (Elektronisk).

<[http://www.ltkalmar.se/Documents/H%C3%A4lsa%20&%20V%C3%A5rd/Folkh%C3%A4lsocentrum/N%C3%A4tverk/Rapport\\_kommunkartl\\_dec-07.pdf](http://www.ltkalmar.se/Documents/H%C3%A4lsa%20&%20V%C3%A5rd/Folkh%C3%A4lsocentrum/N%C3%A4tverk/Rapport_kommunkartl_dec-07.pdf)> (2010-11-20).

May, Tim. (2001) *Samhällsvetenskaplig forskning*. Lund: Studentlitteratur.

Olsson, Henry & Sörensen, Stefan (2001) *Forskningsprocessen. Kvalitativa och kvantitativa perspektiv*. Stockholm: Liber.

Primärvården Halland (2001) ”*FoU-rapport nr 4 – Ungdomars liv och hälsa i Halland*”. (Elektronisk)  
<<http://www.lthalland.se/upload/10237/liv%20o%20hlsa.pdf>> (2010-10-31).

Primärvården Halland (2006) ”*FoU-rapport nr 9 – Ung i Halland*”. (Elektronisk)  
<<http://www.lthalland.se/upload/12861/fou-rapport%209%20-%20ung%20i%20halland.pdf>> (2010-10-31).

Repstad, Pål (2005) *Sociologiska perspektiv i vård, omsorg och socialt arbete*. Lund: Studentlitteratur.

Sahlqvist, Lena (1997) *Hälso – och omsorgskunskap*. Malmö: InterGraf AB.

Samhällsmedicin och Statens folkhälsoinstitut. ”*Fysisk aktivitet, matvanor och självkänsla bland ungdomar*”. (Elektronisk).  
< [http://www.fhi.se/PageFiles/3129/COMPASS\(2\).pdf](http://www.fhi.se/PageFiles/3129/COMPASS(2).pdf)> (2010-11-02).

Sandberg, Helena (2004) *Medier och fetma – en analys av vikt*. Avhandling. Sociologiska institutionen. Lunds Universitet.

Sohlberg, Peter (2009) ”Teorier och kunskapsbildning i socialt arbete”. I Björn Blom, Stefan Morén & Lennart Nygren (red): *Kunskap i socialt arbete. Om villkor, processer och användning*. Stockholm: Natur och kultur.

Statistiska centralbyrån SCB). ”*Angående ungdomars tid framför data*” (Elektronisk).  
<[http://www.scb.se/Pages/List\\_\\_\\_282913.aspx](http://www.scb.se/Pages/List___282913.aspx)> (2010-11-15).

Statistiska centralbyrån (SCB). Angående Laholms klassindelning (2010-11-30).

Statens folkhälsoinstitut. (FHI).(Elektronisk)

<<http://www.fhi.se/Vart-uppdrag/Fysisk-aktivitet/>> (2010-11-03).

Statens folkhälsoinstitut. (2008).”Livsstilsrapport”.(Elektronisk)

<<http://www.fhi.se/Publikationer/Alla-publikationer/Livsstilsrapport-20082/>> (2010-11-11).

Statens offentliga utredningar (2006). *Ungdomar, stress och psykisk ohälsa – analyser och förslag till åtgärder*, Stockholm: Edita Sverige AB.

Sveriges Riksdag, motion nr: 2002/03: Kr33. Ungdomspolitik. (Elektronisk)

<[http://www.riksdagen.se/webbnav/index.aspx?nid=410&dok\\_id=GQ02Kr333#\\_Toc24272308](http://www.riksdagen.se/webbnav/index.aspx?nid=410&dok_id=GQ02Kr333#_Toc24272308)> (2010-10-31).

Thurén, Torsten (2007). *Vetenskapsteori för nybörjare 2:a upplagan*, Malmö: Liber förlag.

Ungdomsstyrelsen (2007). *Fokus 07 En analys av ungas hälsa och utsatthet*, Stockholm: Alfa Print AB.

Ungdomsundersökning från Bohuslän (1999). (Elektronisk)

<<http://www.vgregion.se/upload/.../ungdomsundersokning%20Bohuslan.pdf?...sv>> (2010-11-02).

UPP - Utvärdering av pedagogiska program.(Elektronisk)

<[http://www.educ.umu.se/~umpe/upp/.../UPP\\_Svarsalternativ\\_050107.doc](http://www.educ.umu.se/~umpe/upp/.../UPP_Svarsalternativ_050107.doc)> (2010-10-23)

## Bilaga I – Enkät

### Ungdomars syn på hälsa, kost och träning

I vårt samhälle finns det olika rekommendationer om hur man bör tänka hälsomässigt och hur den hälsosamma kroppen skall se ut och må bra utav nyttig och rätt kost. Med anledning av detta vill vi undersöka ungdomars hälsotänkande utifrån ett genus- och klassperspektiv. Vi utför denna undersökning till vår C-uppsats under Lunds universitets regi. Vi garanterar anonymitet.

#### 1. Kön

Tjej

Kille

#### 2. Tycker du att du lever ett hälsosamt liv?

Ja

Nej

**Om Nej, vad skulle du vilja förändra?**

---

---

#### 3. Är du nöjd med din kropp?

Ja

Nej

**Om Nej, vad skulle du vilja förändra med din kropp?**

---

---

#### 4. Vilken kroppstyp anser du dig själv ha?

Överviktig

Lagom

Underviktig

Vet ej/vill ej svara

5. Längd \_\_\_\_\_ cm

Vikt \_\_\_\_\_ kg

**6. Hur ofta äter du snabbmat i form av pizza, hamburgare etc.?**

- Aldrig
- Dagligen
- Några gånger i veckan
- Endast på helgen

**7. Hur ofta äter du godis eller dricker läsk?**

- Aldrig
- Dagligen
- Några gånger i veckan
- Endast på helgen

**8. Hur ofta äter du frukt och grönsaker?**

- Aldrig
- Dagligen
- Några gånger i veckan
- Endast på helgen

**9. Brukar du hoppa över måltider?**

- Ja
- Nej

**Om JA, varför hoppar du över måltider?**

---

---

**10. Vilka måltider hoppar du i så fall över?**

- Frukost
- Lunch
- Kvällsmat
- Mellanmål

**11. Har du bantat någon gång?**

- Ja  
 Nej

**Om Ja, varför och hur många gånger?**

---

---

**12. Hur många gånger i veckan utövar du fysisk träning?**

- Ingen  
 1-2 gånger/vecka  
 3-4 gånger/vecka  
 5-7 gånger/vecka

**13. Hur aktiv är du på idrottslektionerna?**

- Mycket aktiv  
 Aktiv  
 Lite aktiv  
 Inte aktiv alls

**14. Hur många timmar sitter du vid Tv/datorn varje dag?**

- 0-1 timme/dag  
 2-3 timmar/dag  
 4-5 timmar/dag  
 6 eller fler timmar/dag

**15. Vad arbetar/studerar dina föräldrar med?**

**Mamma**\_\_\_\_\_

**Pappa**\_\_\_\_\_

**Övriga synpunkter**

---

---

**Tack för din medverkan/ Terese och Kristina**

## Bilaga II – Hypoteser och operationalisering

*H<sub>1</sub>: Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende hur ofta de äter ohälsosam mat.*

Denna hypotes mäts med fråga 6 och 7 i enkäten. Ohälsosam mat har mäts i form av begreppet snabbmat, läsk och godis.

*H<sub>2</sub>: Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende hur mycket frukt och grönsaker de äter.*

Denna hypotes mäts med fråga 8 i enkäten.

*H<sub>3</sub>: Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende deras vikt.*

Denna hypotes mäts med fråga 5 i enkäten, varefter ungdomarnas BMI har räknats ut.

*H<sub>4</sub> Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende om de har bantat eller inte.*

Denna hypotes mäts med fråga 11 i enkäten.

*H<sub>5</sub>: Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende hur mycket fysisk träning de utövar.*

Denna hypotes mäts med fråga 12 i enkäten.

*H<sub>6</sub>: Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende om de lever ett hälsosamt liv eller inte.*

Denna hypotes mäts med fråga 2 i enkäten. Hälsosamt liv avser i detta sammanhang god kost och bra motionsvanor.

*H<sub>7</sub>: Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende hur nöjda de är med sin kropp.*

Denna hypotes mäts med fråga 3 i enkäten.



*H<sub>8</sub>: Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende om de hoppar över måltider eller inte.*

Denna hypotes mäts med fråga 9 och 10 i enkäten

*H<sub>9</sub>: Det finns skillnader beroende på vilken samhällsklass ungdomarna tillhör avseende hur mycket tid de sitter framför TV eller datorn.*

Denna hypotes mäts med fråga 14 i enkäten

*H<sub>10</sub>: Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående hur ofta de äter ohälsosam mat.*

Denna hypotes mäts med fråga 6 och 7 i enkäten. Ohälsosam mäts i form av snabbmat, läsk och godis.

*H<sub>11</sub>: Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående hur mycket frukt och grönsaker de äter.*

Denna hypotes mäts med fråga 8 i enkäten.

*H<sub>12</sub>: Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående deras vikt.*

Denna hypotes mäts med fråga 5 i enkäten, varefter ungdomarnas BMI har räknats ut.

*H<sub>13</sub>: Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående hur mycket fysisk träning de utövar.*

Denna hypotes mäts med fråga 12 i enkäten.

*H<sub>14</sub>: Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående om de lever ett hälsosamt liv.*

Denna hypotes mäts med fråga 2 i enkäten. Hälsosamt liv avser i detta sammanhang god kost och bra motionsvanor.

*H<sub>15</sub>: De finns skillnader mellan killar och tjejer angående om de hoppar över måltider eller inte.*

Denna hypotes mäts med fråga 9 i enkäten.

*H<sub>16</sub>: Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående om de bantat eller inte.*

Denna hypotes mäts med fråga 11 i enkäten.

*H<sub>17</sub>: Det finns skillnader mellan killar och tjejer angående hur mycket tid de ägnar framför TV eller datorn.*

Denna hypotes mäts med fråga 14 i enkäten.

## Bilaga III – Klassificering av föräldrarnas yrke

<b>Yrken:</b>	<b>Goldthorpes klassschema</b>	<b>Samhällsklass</b>
Affärsbiträde	VII	Arbetarklass
Arbetsledare	V	Medelklass
Arbetslös	X	Arbetarklass
Bagare	VII	Arbetarklass
Banarbetare golfbana	VII	Arbetarklass
Bankman	IIIb	Medelklass
Bilförsäljare	VII	Arbetarklass
Brandman	VI	Arbetarklass
Busschaufför	VII	Arbetarklass
Civilingenjör	V	Medelklass
Chef	II	Överklass
Egen företagare	IV/IVb	Medelklass
Elektriker	VII	Arbetarklass
Florist	VII	Arbetarklass
Fritidspedagog	VI	Arbetarklass
Förskollärare	VI	Arbetarklass
Förtidspensionär	X	Arbetarklass
Hälsoskyddsinspektör	IIIb	Medelklass
Industriarbetare	VII	Arbetarklass
Kock	VII	Arbetarklass
Kontorist	VII	Arbetarklass
Konsult	III/IIIb	Medelklass
Lastbilschaufför	VII	Arbetarklass
Lantbrukare	IVc	Medelklass
Lärare	VI	Arbetarklass
Mekaniker	VII	Arbetarklass
Personlig assistent	VII	Arbetarklass
Processtekniker	V	Medelklass
Psykolog	I/II	Överklass
Rörmokare	VII	Arbetarklass

Sekreterare	VII	Arbetarklass
Sjuksköterska	VI	Arbetarklass
Sjukskriven	X	Arbetarklass
Sjukgymnast	VI	Arbetarklass
Skogsarbetare	VII	Arbetarklass
Snickare	VII	Arbetarklass
Socionom	VI	Arbetarklass
Städerska	VII	Arbetarklass
Svetsare	VI/VII	Arbetarklass
Tandsköterska	VI	Arbetarklass
Trädgårdsmästare	VII	Arbetarklass
Undersköterska	VII	Arbetarklass
VD	I/II	Överklass
Ventilationsarbetare	VI/VII	Arbetarklass