

För tjock, för mager eller lagom

- En studie av barn/ungdomars uppfattning av sig själva på mellanstadiet, högstadiet och gymnasiet

Stig Elofsson

Förord

Ung livsstil är ett forsknings- och utvärderingsprojekt som studerar ungas levnadsvanor och livsvillkor inom en rad områden samt preferenser inom fritid och kultur. Ung livsstil är ett samarbete mellan ett femtontal kommuner¹ i Sverige och institutionen för socialt arbete (Stig Elofsson) vid Stockholms Universitet. Forskningsprojektet startade 1984 i Stockholm för att undersöka ungdomars fritidsvanor och preferenser inom fritid. Sedan studien 2004/2005 i Stockholm har vi vidgat perspektivet något och strävat efter att mer utförligt kunna beskriva och analysera ungdomars livsvillkor. I första hand står dock ungdomars situation och preferenser på fritidsområdet i centrum för våra studier. Sedan år 2000 genomförs studier inom Ung livsstil också i grund- och gymnasiesärskolan.

Ett stort tack går till de personer i medverkande kommuner som genomfört fältarbetet samt kodning av enkäterna! Utan er hade studierna inte gått att genomföra i den nuvarande omfattningen.

Ett stort tack för arbetet med den här rapporten riktas även till Ulf Blomdahl och Steinar Olsen för värdefulla synpunkter på innehåll och text samt till Magnus Åkesson för redigering!

Alla publikationer av rapporter inom Ung livsstil finns att ladda ned gratis på:
www.stockholm.se/idrott/forskning

Material från föreläsningar och lokala rapporter finns även på:
www.huddinge.se/unglivsstil
www.taby.se/unglivsstil

Ung livsstil finns även på Facebook! Följ forskningsprojektet för att ta del av de senaste resultaten:
www.facebook.com/unglivsstil1

Stockholm i maj 2016

Stig Elofsson
Fil. dr i statistik och docent i socialt arbete
Institutionen för socialt arbete
Stockholms Universitet
E-post: stig.elifsson@socarb.su.se

C författaren och Stockholms stads idrottsförvaltning
Framsida: Mats Lidström
ISBN: 9186768980

¹ Se bilaga för en förteckning över de kommuner som ingår i Ung livsstil.

Innehållsförteckning

Inledning.....	1
Tidigare forskning	2
Uppskattning av sin vikt som ett perspektiv av kroppsuppfattning.....	3
Vad inverkar på barns/ungdomars kroppsuppfattning?.....	4
Vilken koppling finns mellan kroppsuppfattning och hälsa/livskvalitet?	7
Resultat från andra studier kring upplevelse av kroppsvikt.....	8
Material och metod.....	10
Sociodemografisk och socioekonomisk bakgrund	10
Mått på hälsa och livskvalitet	11
Undersökningsgrupp.....	12
Statistiska metoder.....	14
Resultat	16
Hur varierar uppfattningen om kroppsvikt med social bakgrund?	22
Vad finns det för koppling till ungdomarnas skolsituation?.....	26
Koppling till fritidssituationen.....	30
Matvanor.....	34
Hälsa och livskvalitet	36
Sammanfattning och slutdiskussion	40
Slutord	45
Referenser.....	47
Bilagor	50
Bilaga 1. Beräkning av fetma och övervikt för barn och ungdomar.....	50
Bilaga 2. Projekt vid Psykologiska institutionen vid Göteborgs universitet	52
Bilaga 3. Uppfattning om vikt. Svarsfördelning i tidigare undersökningar.....	53
Bilaga 4. Samband mellan uppfattning om vikt och förekomst av besvär, självskattad hälsa samt självskattad livskvalitet	55
Bilaga 5. Tabellbilaga.....	56
Bilaga 6. Kommuner i Ung livsstil.....	65
Bilaga 7. Tidigare rapporter från Ung livsstil.....	66

Inledning

Barns/ungdomars vikt diskuteras i dag ofta från två perspektiv. För det första uppmärksammas att ovanligt många barn/ungdomar är överviktiga eller visar tendens till övervikt, vilket oroar många under en längre tid². Ett annat perspektiv, som till stor utsträckning kan ses som en motsats, tar upp problematik med ätstörningar där normalviktiga (eller t.o.m. underviktiga) försöker äta så lite som möjligt för att uppnå det västerländska kroppsidealet med en slank kropp. I det senare fallet är oron främst riktad mot flickors/kvinnors beteende med tanke på att kroppsidealet just inriktas mot kvinnokroppen. Samtidigt skall man inte glömma bort att det även finns idealbilder kring hur män skall se ut, vilket i sin tur kan påverka pojkar.

I den här rapporten studeras barns/ungdomars uppfattning kring sin kroppsvikt – är man för mager, lagom eller för tjock³. Materialet till rapporten har hämtats från undersökningar som genomförts i projektet *Ung livsstil*⁴. När man närmare studerar de som angett att de känner sig för tjocka (eller lite för tjocka) är det viktigt att komma ihåg att dessa knappast utgör en homogen grupp. (Troligen gäller detsamma om vi ser till dem som beskriver sig som för magra, men här är det inte lika självklart). Det är rimligt att denna grupp omfattar åtminstone två skilda grupper. För det första finns här en del som i realiteten är överviktiga (eller i riskzonen för att bli det) som är mer eller mindre medvetna om detta faktum. Den andra gruppen är de som är normalviktiga (kanske t.o.m. underviktiga) men som tycker att de borde vara smalare utifrån de kroppsideal som finns. En fråga man måste ställa sig är i vilken utsträckning dessa grupper skiljer sig åt eller om de är lika både då det gäller attityder och handlingar. Tyvärr finns i datamaterialet inga uppgifter som gör det möjligt att särskilja dessa båda grupper. Detta gör att detta – utan någon klar bild av hur stora de båda grupperna är – endast kan finnas med som en bakgrund när resultaten skall tolkas.

Syftet med den här rapporten är att studera och analysera hur barn/ungdomar på mellan- och högstadiet samt gymnasiet ser på sin kroppsvikt utifrån följande problem-/frågeställningar:

² Begreppen övervikt respektive fetma utgår från måttet BMI, som står för body mass index, vid bedömning av om ett barn har övervikt eller fetma. BMI beräknas hos barn på samma sätt som hos vuxna. Man tar vikten i kilo och dividerar med längden i meter. Talet man då får delar man en gång till med längden i meter. Till skillnad från hos vuxna varierar BMI-talet hos barn med ålder och kön och därför finns det särskilda BMI-tabeller för barn. Hos vuxna är gränsen för övervikt BMI 25 och gränsen för fetma BMI 30. I barntabellerna är gränserna omräknade i förhållande till de vuxnas och kallas därför iso BMI 25 och iso BMI 30. I bilaga 1 presenteras närmare uppgifter kring hur bedömningarna görs.

³ I enkäterna har frågan formulerats som *Tycker du att du är* med sex svarsalternativ: För mager, Lite för mager, Ganska lagom, Lite för tjock, För tjock och Jag tänker inte på det

⁴ *Ung livsstil* är ett projekt som bedrivits i samarbete mellan Stockholms stads idrottförvaltning och institutionen för socialt arbete vid Stockholms universitet tillsammans med berörda kommuner sedan 1984. I början var syftet främst att studera barns/ungdomars preferenser för och nyttjande av olika fritidsaktiviteter. Sedan början på 2000-talet har perspektivet vidgats till att mer allmänt studera barns och ungdomars livsvillkor.

1. Hur vanligt är det att man anger att man är för mager/för tjock utifrån kön och ålder. De upprepade undersökningar som gjorts i Jönköping under perioden 2003-2015 gör det också möjligt att studera hur andelarna som upplever sig vara för magra respektive för tjocka förändrats under den senaste 10-årsperioden.
2. I vilken utsträckning kopplas upplevelse av att vara för tjock alternativt för mager till barnens/ungdomarnas sociodemografiska och socioekonomiska bakgrund – alltså vid sidan av kön och ålder till familjeförhållanden, familjens resurser och grad av invandraranknytning.
3. I vilken utsträckning kan uppfattningen om att vara för mager/för tjock kopplas till skol- och fritidssituation?
4. Vilka samband framträder med (egenredovisade) matvanor?
5. Vad finns det för koppling till hälsa – förekomst av (främst psykiska) besvär samt självskattad hälsa – och livskvalitet?

Tidigare forskning

I rapporten *Projekt perfekt. Om utseendekultur och kroppsuppfattning* (2014) ger Frisé, Holmqvist Gattario och Lunde en utförlig beskrivning av forskningsområdet och hur forskningsläget ser ut för närvarande. De tre forskarna är knutna till Psykologiska institutionen vid Göteborgs universitet, den institution som för närvarande torde bedriva den mest omfattande forskning i Sverige på detta område. Främst handlar det om tre centrala projekt, som beskrivs närmare i bilaga 2.

1. MoS (Mobbing och Skola) där man sedan 2000 följt 960 barn och ungdomar från det de var tio år gamla till att de var tjugofyra år gamla (vid tio, tretton, sexton, arton, tjuogoett och tjugofyra års ålder).
2. PRINT (Psychological Research on the Internet) med fokus på frågor som handlar om hur medieanvändning, särskilt internetanvändning och sociala medier, hänger ihop med människors förhållningssätt till kropp och utseende.
3. TJEJ:ISKT (Tjejers Idrottande, Självbild, Kropp och Träning) som har till syfte att undersöka hur idrottande och icke-idrottande tjejer ser på frågor som rör hälsa, kropp och utseende. Projektet är longitudinellt och omfattar cirka 800 flickor i åldrarna sexton till tjuogo år.

I rapporten presenteras också en modell för vad som påverkar kroppsideal och hur man uppfattar sin kropp. Utifrån olika socialiseringsagenter – familj, media och jämnåriga – internaliserar individen

kroppsideal som tillsammans med jämförelser med andra blir utgångspunkten för hur man uppfattar sin kropp.

Som en inledning till avsnittet ges en bild av hur den fråga som är utgångspunkten för den här rapporten – barns/ungdomars upplevelse av sin vikt – kan kopplas till forskningsfältet kropps-
uppfattning. Efter detta följer två avsnitt som presenterar hur olika faktorer kopplats samman med/kan tänkas påverka barns/ungdomars kropps-
uppfattning samt hur denna kopplats till hälsa och livskvalitet. Som avslutning presenteras resultat kring bedömning av vikt från olika undersökningar som mer direkt kan jämföras med resultaten från det material som redovisas i den här rapporten.

Uppskattning av sin vikt som ett perspektiv av kropps- uppfattning

Ett första steg är att sätta in den studerade frågan kring hur barn/ungdomar bedömer sin vikt i det aktuella forskningsfältet. I den internationella forskningen kring kropps-
uppfattning arbetar man med två olika begrepp, dels body image, dels body esteem. I svensk litteratur betecknas ofta bägge två för kropps-
uppfattning. Body image - som ses som det bredaste begreppet – innefattar både hur man bedömer kroppens fysiska utseende (appearance) och de känslor man har kring den. Body esteem – som är smalare – refererar till självvärdering av sin kropp och sitt utseende. Ofta anges att detta senare har tre dimensioner – bedömning av vikt, bedömning av utseende och föreställning om hur andra bedömer ens kropp (Erling & Hwang, 2004). Den aktuella fråga som behandlas i den här rapporten kan alltså ses som en aspekt av body esteem.

I några studier, t ex ”Skolbarns hälsovanor”, används samma fråga som den som är utgångspunkt för analyserna i den här rapporten. I andra studier används en mer omfattande skala för body esteem som utvecklats av Mendelson, Mendelson och White – Body Esteem Scale for Adolescents and Adults (Mendelson m fl, 2001). Skalan har tre delskalor – allmänna känslor kring utseende, tillfredsställelse med vikt samt bedömning av hur andra bedömer ens kropp och utseende. Skalorna testades med en undersökningsgrupp från engelsktalande ungdomar från grundskola, college och universitet i Montreal, Quebec. Totalt är antalet svarande 1334 personer (763 kvinnor och 571 män) i åldrar mellan 12 och 25 år (medelåldern är 16.8 år). Utifrån analysen av detta material konstaterar författarna att kvinnor gav lägre skattningar när det gäller bedömning av vikt och utseende. Delskalan kring vikt var den enda delskala som var klart relaterad till vikt. I motsats gällde att bedömning av utseende var den enda delskala som var klart relaterad till självförtroende.

Av beskrivning ovan framgår att den fråga som är rapportens utgångspunkt endast kan ses som ett perspektiv på kropps-
uppfattning, nämligen bedömning av vikt (inom det snävare body esteem). Frågan är vad denna begränsning innebär. Holmqvist Gattario (2013) refererar i sin avhandling till

studier som visat att fysisk attraktion och slankhet nästan kan ses som synonyma begrepp i utseendekulturen (Puhl & Peterson, 2012). Många tonårsflickor tror att det är viktigt att vara smalare och att detta gör dem lyckligare, friskare, att de ser bättre ut och lyckas bättre att attrahera pojkar (Wertheim & Paxton, 2012). Frågan torde därför rimligtvis ge en ganska god bild av barns/ungdomars kroppsuppfattning. I rapporten *Projekt perfekt. Om utseendekultur och kroppsuppfattning* pekar man också på att frågan kring hur man uppfattar sin vikt för de flesta ungdomar är central (Frisén m fl, 2014). Det västerländska kroppsidealet betonar ju – främst för flickor – att det är viktigt att vara smal, att vara fet är inte något attraktivt.

Vad inverkar på barns/ungdomars kroppsuppfattning?

Jag har främst begränsat genomgången av kopplingar mellan barns/ungdomars kroppsuppfattning och olika faktorer till kvantitativa studier som genomförts i Sverige, medan referenserna till det internationella forskningsfältet blir mer begränsade. I huvudsak torde denna begränsning ha relativt liten betydelse då den svenska forskningen tycks ligga långt fram i forskningsfältet. I vissa fall där det bedöms som nödvändigt görs också referenser till den internationella forskningen. Den läsare som önskar sig en utförligare bild av internationell forskning hänvisas till Bengs och Holmqvist Gattarios avhandlingar samt referenser i de studier som tas upp i rapporten. Man kan också finna referenser i den tidigare nämnda rapporten *Projekt perfekt. Om utseendekultur och kroppsuppfattning* (Frisén m fl, 2014). Det material som presenteras kring svenska barn/ungdomar utgår från fyra olika studier, vilka presenteras närmare innan forskningen redovisas. Bengs avhandling bygger på en studie som genomfördes i årskurs 7 på högstadiet och årskurs 2 på gymnasiet år 1995 i Umeå. Totalt ingår 167 elever från två skolor och undersökningen genomfördes under lektionstid. Bortfallet består av en elev som inte besvarade någon av enkätens tre delar, 11 som ej besvarat frågor kring BMI och 40 stycken för uppgifter kring matvanor (Bengs, 2000).

Den andra studien är en longitudinell studie som genomförts i Uppsala vid institutionen för folkhälso- och vårdvetenskap, vilken också påbörjades 1995 med ett slumpmässigt urval av flickor i åldrarna 9 (åk 3), 11 (åk 5), 13 (åk 7) och 15 (åk 9) (Westerberg-Jacobson et al, 2010). Dessa elever har sedan följts upp åren 1998 och 2001. Vid det första tillfället uppgick bortfallet till 34 %. I detta fall var bortfallet klart högre bland 9-åringarna (47 %) och lägst bland 15-åringarna (25 %). Av de 1061 flickor som deltog år 1995 har 890 (84 %) deltagit 1998 och 593 (56 %) 2001. År 1998 var bortfallet något högre bland de äldsta (25 %) och lägre för de yngsta (20 %) än i övriga grupper. Ser man till det sista tillfället – 2001 - är bortfallet markant högst (57 %) bland dem som var 15 år 1995 och 20 år 2001.

Den tredje och fjärde studien har båda genomförts i Göteborg. Den första av dessa är en longitudinell studie som startades år 2000 med ett slumpmässigt urval av elever i årskurs 4 (ålder 10 år) (svarsfrekvens 79 %) (se Holmqvist Gattario, 2013). Dessa elever har sedan följts upp åren 2003 (87 % av de som deltog år 2000), 2006 (79 % av de som deltog år 2000, 86 % av de som deltog 2003), 2008 och 2011. År 2010 genomfördes inom detta projekt en ny undersökning med en kohort av 10-åringar (342 svarande) för att ge en bild av hur situationen för 10-åringar förändrats under en tioårsperiod. Bortfallet uppgår i detta fall till 23 %, d.v.s. av ungefär samma storlek som i den kohort som studerades år 2000 då det var 21 %.

Alla undersökningar visar att det finns en mycket tydlig könsskillnad – flickor har i genomsnitt sämre kroppsuppfattning än pojkar. Resultaten i Erling & Hwang visar att detta även gäller bland 10-åringar (Erling & Hwang, 2004). I analysen av kohorten från 2010 finner Frisé och Anneheden att denna skillnad inte har förändrats under perioden 2000 till 2010 (Frisé och Anneheden, 2014). En detaljerad analys av överviktiga barn visar dock att det skett en viss förbättring i denna grupp bland flickor medan det tvärtom skett en försämring bland pojkar. Westberg-Jacobson m.fl. visar att önskan att bli smalare bland flickor ökar med ålder bland 7-18-åringar (Westberg-Jacobson m fl., 2012). I analysen av de tre delskalorna i Body Esteem Scale - vikt, utseende och uppfattning om hur andra bedömer ens utseende bland ungdomar mellan 12 och 25 år - framträder tydliga könsskillnader för de båda första, däremot inte i den sista (Mendelson m fl., 2001). Flickor har genomgående lägre värden än pojkar när det gäller vikt och utseende, däremot är skillnaden liten mellan pojkar och flickor när det gäller hur man uppfattar att andra bedömer ens utseende. Det framträder inga samband med ålder för någon av de tre delskalorna och inte heller några signifikanta interaktioner mellan kön och ålder. Detta skulle alltså tyda på att kroppsuppfattning förändras obetydligt under tonårsperioden – i motsats till de resultat som Westberg-Jacobson m fl. presenterar. De finner inte heller några signifikanta interaktioner mellan kön och ålder. Könsskillnader tycks alltså vara väletablerade redan i tidiga tonåren för att sedan kvarstå relativt oförändrade åtminstone fram till 20-årsåldern, kanske ända till 25 års-åldern⁵.

Flera forskare har visat att det finns en koppling mellan kroppsuppfattning och verklig vikt. Mendelson m fl. finner tydliga samband med både delskalan för vikt och utseende – starkast med delskalan kring vikt – men däremot inte med den delskala som handlar om hur man upplever att andra bedömer en (Mendelson m fl., 2001). Överviktiga har i genomsnitt högre värden, vilket stämmer väl med de resonemang som tidigare presenterades, nämligen att en del av dem som tyckte

⁵ Materialet är osäkrare för åldersgruppen 20-25 år eftersom antalet deltagare för varje åldersgrupp är lägre i detta intervall.

sig vara för tjocka i verkligheten kan vara överviktiga. Men det är viktigt att komma ihåg att alla med låga värden för kroppsuppfattning eller på delskalan kring vikt inte alls är överviktiga.

En annan biologisk faktor som visat sig vara kopplad till kroppsuppfattning är när man kommer in i puberteten. Flera studier har visat att flickor som tidigt kommer in i puberteten har högre risk för låga skattningar (se Holmqvist Gattario, 2013, sid. 18 för referenser). Bland pojkar är sambandet det motsatta, det är de som kommer in sent i puberteten som löper större risk för låga skattningar. Ser man till de svenska studier som jag refererat framträder dock inga samband med någon av de tre delskalorna i Body Esteem Scale efter kontroll för BMI (Frisén & Holmqvist, 2010). En förklaring skulle kunna vara att man studerat sambandet efter kontroll för BMI. Stiegel-Moor m fl. (2001) har föreslagit att sambanden med när man kommer in i puberteten inte är verkliga utan att bakom dessa döljer sig just samband med kroppsvikt.

Social bakgrund - i form av familjestruktur, socioekonomisk bakgrund och invandraranknytning – behandlas mycket lite i de studier jag funnit. Endast en artikel – av Westerberg-Jacobson m fl (2010) – berör över huvud taget detta och gör här endast en jämförelse mellan de som bor med bägge sina föräldrar och övriga. Författarna finner en signifikant skillnad mellan dessa båda grupper när det gäller ”önskan att bli magrare” vid den tredje uppföljningen som genomfördes 6 år efter det projektet startades då de deltagandes ålder varierar mellan 14 och 20 år. Däremot framträder inga skillnader vid första tillfället – deltagarnas ålder 9-15 år – eller vid andra uppföljningen efter tre år – deltagarnas ålder var då 11-17 år varför det får anses mycket tveksamt om själva familjestrukturen har någon betydelse. Däremot tar flera författare upp att föräldrar har ett viktigt inflytande på barns/ungdomars kroppsuppfattning. Påverkan från föräldrar, speciellt mödrar har kunnat kopplas till sämre kroppsuppfattning och bantningsförsök både bland flickor och bland pojkar (se Holmqvist Gattario, 2013, sid. 21 för referenser). Dessa samband torde förstärkas om man också upplever retningar från jämnåriga och starkt har internaliserat traditionella kroppsideal. Många författare anger också att kamrater och andra jämnåriga spelar en mycket viktig roll. Här kan det då självklart handla om retningar och kommentarer kring utseende men även mer eller mindre dagliga diskussioner kring utseende, ofta kopplat till en internalisering av de kroppsideal som presenteras i olika media. Frisé & Holmqvist (2010) finner i sin analys av de tre delskalorna i Body Esteem Scale bland 16-åriga flickor och pojkar signifikanta samband med retningar från kamrater/jämnåriga⁶ för upplevelse av utseende bland flickor och för upplevelse av vikt bland pojkar. Dessa samband gäller efter kontroll för BMI, tid man kommer in i puberteten, internalisering av kroppsideal samt bantningsförsök.

⁶ Detta mäts genom frågan ”Har du blivit retad om ditt utseende?” med svarsalternativen aldrig, ibland, ofta. I analyserna har svaren delats in i två grupper - de som svarat att de aldrig blivit det mot övriga.

Lunde m fl. (2007) gör en djupare analys av kamratpåverkan på två olika sätt. Utöver frågan om retningar från kamrater/jämnåriga – samma som Frisé & Holmqvist använder – ingår också en fråga om hur ofta man blivit mobbad i skolan och en skala (Victim scale) som tar upp fem olika former av mobbning – utfrysning, retningar, skäll, fysiska hot samt psykiska hot. Den andra fördjupningen innebär att man utgår från studiens longitudinella karaktär – man studerar alltså 13-åringars kroppsuppfattning och beskrivning av mobbning i relation till hur kroppsuppfattningen var när ungdomarna var 10 år samt förekomst av detta i de tidigare undersökningarna – då ungdomarna var 10 respektive 13 år. Detta innebär att vi får en mer direkt bild av hur mobbning kan tänkas påverka kroppsuppfattningen. Vid separata analyser av de tre delskalorna i Body Esteem Scale bland flickor respektive pojkar framträder endast två signifikanta samband (bland 18 möjliga). Bland flickor finns ett signifikant samband mellan upplevelse av vikt och olika former av mobbning (Victim scale), bland pojkar mellan att ha blivit retad av jämnåriga och hur man uppfattar att andra bedömer ens utseende.

Det är knappast förvånande att man i tidigare studier finner analyser av samband mellan kroppsuppfattning och matvanor. Westerberg m fl. (2010) jämför flickor som uppger att de vill bli smalare med dem som inte vill det och finner en rad skillnader vid de tre tillfällena då den longitudinella studien genomfördes, d.v.s. åren 1995, 1998 och 2001. De som uppger att de vill bli smalare har i högre utsträckning försökt banta, äter i mindre utsträckning frukost varje dag, äter i högre utsträckning frukost ensam, äter i mindre utsträckning middag, mindre ofta med familjen (dock ej vid första undersökningstillfället). Vid första undersökningstillfället fanns också skillnader när det gällde att äta skollunch varje dag (det var mindre vanligt att de som ville bli smalare gjorde detta) men vid de två senare tillfällena framträdde här ingen signifikant skillnad. Man kan också notera att en större andel bland de som vill bli smalare äter mellan- och kvällsmål (gäller för alla tre tillfällena).

Vilken koppling finns mellan kroppsuppfattning och hälsa/livskvalitet?

En fråga man kan ställa är vilken inverkan kroppsuppfattning har när det gäller barns/ungdomars hälsa och livskvalitet. En faktor som tas upp inom forskningen är vilka samband som finns med självkänsla. Naturligtvis kan man i detta fall fråga sig vad som påverkar vad. Är det en sämre kroppsuppfattning som leder till låg självkänsla eller gäller motsatsen? Eller kanske är det så att bägge står för ungefär samma sak? De studier som tar upp barnens/ungdomarnas hälsa ger inte svar på dessa frågor eftersom det endast är tvärsnittsstudier och frågan har inte tagits upp vid presentationen av de longitudinella studierna.

Mendelson m fl (2001) redovisar i sin presentation av Body Esteem Scale också samband mellan skalans tre underdimensioner och självkänsla⁷. Denna analys visar att det finns tydliga signifikanta samband i alla åldrar mellan 13 och 19 år både bland flickor och bland pojkar med upplevelse av utseende. Däremot är sambanden med upplevelse av vikt och upplevelse av hur andra bedömer ens kropp svaga.

I en psykologexamensuppsats från Lund finner Folkar och Warnstedt (2006) bland 118 ungdomar som går sista året på gymnasiet en relativt stark korrelation mellan självkänsla och kroppsuppfattning⁸ (dock endast signifikant bland flickor). Man kunde inte notera en signifikant könsskillnad – alltså att det skulle finnas ett starkare samband bland flickor än bland pojkar – även om korrelationerna var högre bland flickor.

Resultat från andra studier kring upplevelse av kroppsvikt

Samma fråga som gör utgångspunkten för den här rapporten har ingång i studien ”Skolbarns hälsovanor” (Health Behaviour in School-aged Children, HBSC) som är en enkätundersökning bland 11-, 13- och 15-åringar. Syftet med denna undersökning är att få ökad kunskap om levnadsvanor och levnadsförhållanden som är viktiga för barnens hälsa. Undersökningen är ett internationellt projekt som startade i början på 1980-talet. Den första undersökningen utifrån detta perspektiv gjordes 1985/86 och har sedan genomförts vart fjärde år, den senaste 2013/14⁹. I undersökningarna ingår ett stort antal europeiska länder vilket ger möjligheter till analyser av även kulturella skillnader¹⁰. Här har jag valt att redovisa resultat från två undersökningar – från 1993/94 samt 2013/14 - då svarsalternativen förändrats i senare undersökningar. Detta ger också en möjlighet att se om det skett förändringar över tid. I undersökningen från 1993/94 finns samma sex svarsalternativ som i

⁷ Man arbetar med två olika mått, som används var för sig i olika delar av materialet. Dessa är dels Rosenbergs skala (RSE) som innefattar tio delfrågor (Rosenberg, 1979), dels Self-Perception Profile for College Students som används för att mäta total självkänsla och hur man bedömer sig själv inom fem områden: utseende, nära vänner, social acceptans, romantiska relationer och relationer till föräldrar (Neeman & Harter, 1986).

⁸ I denna studie mäts självkänsla med Rosenbergs Self Esteem Scale (Rosenberg 1996) och kroppsuppfattning med Body Attitude Questionnaire (Ben-Tovim & Walker, 1991).

⁹ En första undersökning som var mycket koncentrerad på tobaksbruk genomfördes 1982 i Finland, Norge, England och Österrike.

¹⁰ Man måste dock konstatera att en sådan jämförelse långt ifrån är okomplicerad, komplikationer som dessutom blir större därför att urvalsproceduren ser olika ut i olika länder. I Sverige har urvalet utförts som ett klusterurval i två steg bland elever i årskurserna 5, 7 och 9. I ett första steg väljs ett antal skolor ut slumpmässigt, därefter görs ett slumpmässigt urval av klass i varje skola. Enkäterna – som lämnas in anonymt – genomförs i skolan under lektionstid. Bortfall kan ske på tre nivåer - hela skolor, enskilda elever och elever som lämnat in ofullständiga enkäter. Vid den första undersökningen 1985/86 deltog alla utvalda skolor men efter detta har ett ökat antal skolor avböjt att delta. För att uppnå ett tillräckligt stor antal svarade har därför grundurvalet utökats över tid. Detta bortfall har bedömts att vara icke-systematiskt och räknas inte med när man presenterar bortfallets storlek. Bortfallet på elevnivå innefattar främst elever som var frånvarande från skolan vid undersökningstillfället, få elever har lämnat in ofullständiga enkäter. I detta led har alltså undersökningen genomförts på samma sätt som i de studier som utgör material för denna rapport.

materialet i denna rapport, i den senare undersökningen (från 2013/14) har antalet svarsalternativ begränsats till fem, alternativet ”jag tänker inte på det” har strukits.

I tabellen nedan sammanfattas resultaten utifrån uppdelningen för mager (inklusive lite för mager), lagom (och jag bryr mig inte), för tjock (inklusive lite för tjock). I tabellen redovisas också resultat från materialet som utgör grunden för den här rapporten. I bilaga 3 presenteras resultaten mer detaljerat.

Tabell 1. Andel (%) som tycker att de är för magra, väger lagom respektive tycker de är för tjocka efter kön och årskurs i grundskolan enligt olika undersökningar. Andel (%).

	Årskurs 5		Årskurs 7		Årskurs 9	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
För mager #						
Skolbarns hälsovanor 1993/94	9	8	15	10	24	12
Skolbarns hälsovanor 2001/02	14	12	18	9	24	11
Skolbarns hälsovanor 2005/06	14	10	15	11	20	10
Skolbarns hälsovanor 2009/10	12	11	14	9	19	7
Skolbarns hälsovanor 2013/14	10	9	15	10	18	9
Göteborg år 2000	10	10				
Ung livsstil 2003-2015	10	9	15	10	18	9
Lagom, bryr mig inte ##						
Skolbarns hälsovanor 1993/94	71	60	61	50	54	34
Skolbarns hälsovanor 2001/02	69	67	63	54	58	48
Skolbarns hälsovanor 2005/06	70	65	62	54	57	42
Skolbarns hälsovanor 2009/10	73	65	61	50	57	45
Skolbarns hälsovanor 2013/14	72	68	62	54	61	48
Göteborg år 2000	70	76				
Ung livsstil 2003-2015	72	68	62	54	61	48
För tjock ###						
Skolbarns hälsovanor 1993/94	20	31	25	40	22	54
Skolbarns hälsovanor 2001/02	16	20	19	36	18	42
Skolbarns hälsovanor 2005/06	16	25	23	35	23	48
Skolbarns hälsovanor 2009/10	15	24	25	40	23	48
Skolbarns hälsovanor 2013/14	18	23	23	36	21	43
Göteborg år 2000	20	14				
Ung livsstil 2003-2015	18	23	23	36	21	43

För mager eller lite för mager. ## Lagom, Jag bryr mig inte eller Jag tänker inte på det. ### För tjock eller lite för tjock.

För det första kan man notera att resultaten för materialet i den här undersökningen (Ung livsstil 2003-2015) skiljer sig mycket lite från de resultat som presenteras i Svenska skolbarns hälsovanor från 2013/2014. De skillnader som framträder om man ser till alla de fyra materialen handlar i årskurs 5 om att andelen som tycker att de är för tjocka är lägre i Göteborgsstudien från 2000 och högre i Svenska skolbarns hälsovanor från 1993/94. För årskurs 9 är andelen pojkar som tycker de är för magra högre i skolbarns hälsovanor från 1993/94 medan andelen flickor som tycker de är för tjocka är högre.

Ser man till årskurs 5 är skillnaden mellan resultat från olika undersökningar för pojkar mycket begränsade. Skillnaderna för flickor är något större men här är det främst studien i Göteborg som

avviker med en lägre andel som tycker att de är tjocka än vad som gäller i de övriga studierna. Sammantaget tyder resultaten på att förändringarna under perioden från 1993/94 till 2015 är mycket begränsade.

Material och metod

Frågan som utgör utfallsvariabel i rapporten har följande utformning i undersökningarna. *Tycker du att du är:* med svarsalternativen För mager, Lite för mager, Ganska lagom, Lite för tjock, För tjock samt Jag tänker inte på det.

Nedan presenteras de centrala mått som använts för att beskriva barnens/ungdomarnas sociala bakgrund, hälsa och livskvalitet. I rapporten studeras också samband med barns/ungdomars upplevelse av sin skol- och fritidssituation, beskrivning av matvanor samt olika mått på hälsa och livskvalitet. En närmare beskrivning av hur måtten ser ut i dessa fall ges i anknytning till redovisningen av resultaten.

Sociodemografisk och socioekonomisk bakgrund

I enkäterna ingår uppgifter om kön, årskurs. Uppgifter om elevernas familjesituation har hämtats från frågan *Vilka vuxna bor du med hemma?* med svarsalternativen: mamma och pappa, ibland mamma/ibland pappa, endast mamma, endast pappa, mamma och en annan vuxen, pappa och en annan vuxen, annan/andra vuxna. Relationen till föräldrar respektive vuxna studeras genom frågan *Vilka vuxna har du förtroende för?* där ungdomarna fått markera de alternativ som de upplever vara relevanta. Egen förälder/föräldrar respektive jag har inte förtroende för någon vuxen ingår här som två alternativ.

Socioekonomisk bakgrund mäts genom boendeform samt tillgång till bil, båt och sommarstuga – ett mått som teoretiskt kan kopplas till Webers definition av klass, vilket i sin tur kopplas till begreppet livschanser (Weber, 1983). Detta mått har använts i flera andra studier (Blomdahl, 1990; Elofsson, 1998; Nilsson, 1998; Larsson, 2008; Blomdahl & Elofsson, 2006; Elofsson & Karlsson, 2011). Måttet kan också ses som en parallell till *Family affluence scale*¹¹, som används i internationella studier för att mäta socioekonomisk bakgrund och visat sig vara valitt (Currioe, 2008). En fördel med att använda detta mått i jämförelse med t.ex. mått som utgår från föräldrars utbildning och sysselsättning är att det interna bortfallet blir mycket begränsat. I de fall man jämfört samband med de olika måtten blir resultaten något olika starka men går dock oftast i samma riktning. Som

¹¹ Skalan utgår från fyra frågor: Om familjen har bil, om man haft semester de senaste 12 månaderna, hur många datorer man har i familjen samt om den svarande har eget sovrum eller ej.

beskrivning på ungdomarnas socioekonomiska bakgrund används *familjens materiella resurser*, vilket innefattar en gruppering i fem grupper med utgångspunkt från familjens boende samt tillgång till bil, båt och sommarstuga. Grupperingen kan ses som en hierarki från familjer med mycket små till familjer med mycket stora resurser och ser ut på följande sätt:

Mycket stora resurser:

Bor i villa/radhus + bil + båt + sommarstuga

Stora resurser:

Bor i villa/radhus/insatslägenhet/andelslägenhet
+ har två av sommarstuga, båt och bil

Genomsnittliga resurser:

Övriga t ex bor i hyreslägenhet + har två av sommarstuga, båt och bil

Små resurser:

Bor i hyreslägenhet + har tillgång till ett av sommarstuga, båt och bil

Mycket små resurser:

Bor i hyreslägenhet + har inte sommarstuga, båt eller bil

Grad av invandraranknytning utgår från frågor kring om man själv, mamma respektive pappa är född i Sverige eller ej och innefattar fyra grupper.

Svenskt ursprung – själv och bägge föräldrar födda i Sverige.

Svag invandraranknytning – själv och en förälder född i Sverige, men en förälder född utomlands.

Andra generations invandrare – själv född i Sverige och båda föräldrar födda utomlands.

Första generationens invandrare – själv och bägge föräldrar födda utomlands.

Mått på hälsa och livskvalitet

Två mått ger en bild av barnens/ungdomarnas hälsa. Genom följande fråga framträder en bild av förekomst av (främst psykiska) besvär: *Har du under de senaste 12 månaderna haft följande besvär?* De besvär som tas upp varierar något mellan olika enkäter men innefattar totalt följande: huvudvärk, magont (ej mensvärk), Tinnitus (pip i öronen), Idrottsskada, Varit irriterad eller på dåligt humör, Känt dig nedstämd, Ont i axlar, nacke eller rygg, Ont i ben och armar, Oro, Ångest, Stressad, Svårt att somna eller sova, Varit jättetrött.

Ett sammanfattande mått av förekomst av besvär har bildats genom att ta medelvärdet av de olika besvären – där tinnitus och idrottsskada inte tagits med – utifrån följande kodning av svarsalternativen: I stort sett varje dag=1, Ungefär en gång i veckan=2, Ungefär en gång i månaden=3, Sällan eller aldrig=4. Med tanke på svarsalternativens ordning innebär detta att ett lägre medelvärde motsvarar en högre förekomst av besvär.

Den andra frågan som tar upp barnens/ungdomarnas hälsosituation är självskattad hälsa som studeras via frågan *Hur tycker du att din hälsa är?* med svarsalternativ: Bra, Ganska bra, Varken bra eller dålig, Ganska dålig, Dålig.

Frågan *Hur tycker du att livet är som helhet?* på en skala från 1 (mycket dåligt) till 10 (mycket bra) ger en mer övergripande bild av hur eleverna mer generellt bedömer sin levnadssituation.

I undersökningarna på högstadiet och gymnasiet i Jönköping år 2006 ingår också en fråga som kan ge en bild av självkänsla. Frågan har följande utformning: *Vilken inställning har du till dig själv?* Svarsalternativen utgörs av en skala från 1 (mycket dåligt) till 10 (mycket bra).

Undersökningsgrupp

Det aktuella urvalet av kommuner kan betraktas som ett tillgänglighetsurval i huvudsak från två områden, nämligen Jönköping och Stockholmregionen. En begränsning är självklart att urvalet inte innefattar glesbygdskommuner eller mindre orter¹², men man skall ha i åtanke att i de studerade kommunerna finns också områden av glesbygdskarakter och att de ingående kommunerna skiljer sig om man ser till fördelningen av familjens resurser och andel invandrarungdomar. I studien ingår alltså högstatuskommuner¹³ där mer än hälften av eleverna kommer från familjer med stora eller ganska stora resurser och där man har få elever med invandraranknytning. Som motpol till dessa finns kommunområden där många av eleverna kommer från familjer med små eller ganska små resurser och många har invandrarbakgrund¹⁴. Jag bedömer att denna bredd leder till att man får en för Sverige relativt relevant bild av hur barn/ungdomar upplever sin vikt. En reservation bör eventuellt göras – möjligen är resultaten inte helt relevanta när det gäller glesbygd.

Urvalet av elever har genomförts som ett stratifierat klusterurval där klassen utgör urvalsenhet. Urvalsramen innefattar uppgifter om skola, klassbeteckning och antal elever i klassen. På gymnasiet ingår även uppgifter om program samt antal pojkar och flickor i varje klass. Urvalen omfattar ett lika

¹² I materialet ingår dock Sävsjö, som är en tydlig glesbygdskommun.

¹³ t.ex. Lidingö och Täby.

¹⁴ Som exempel kan man ta gruppen högstadiel elever från lågstatusområden som studerats i rapporten "Ungas livsstil i låg- och högstatusområden". I rapporten har material hämtats från undersökningar genomförda i åtta kommuner under perioden 2008-2013. Gruppen ungdomar från lågstatusområden innefattar cirka 1500 elever. Ungefär hälften av dessa kommer från familjer med små eller ganska små resurser och nästan 60 % har tydlig invandraranknytning (första eller andra generationens invandrare). Mer än en femtedel är första generationens invandrare, dvs födda utanför Sverige. För närmare detaljer, se Elofsson m fl., 2014. Av de kommuner som ingår i denna studie ingår Haninge, Huddinge och Jönköping även i den här rapporten.

stort urval av elever i varje årskurs¹⁵ på alla tre stadierna och har genomförts som ett systematiskt urval för att få en god geografisk spridning över skolor (och därmed även olika typer av bostadsområden) samtidigt som hänsyn tas till skolornas storlek. På gymnasiet har även eftersträvat att få en fördelning i urvalet mellan studieförberedande¹⁶ samt yrkesförberedande program som stämmer med den som gäller för kommunen i sin helhet. Gruppen yrkesförberedande program har stratifierats så att man skall få en likartad representation av pojk- respektive flickdominerade program. Det externa bortfallet, som innefattar elever vilka var frånvarande vid den aktuella lektionen, varierar något mellan de olika undersökningarna men uppgår i genomsnitt till cirka 10 % på mellanstadiet, 15 % på högstadiet och 20 % på gymnasiet.

I tabell 2 redovisas antalet elever som deltagit i de olika undersökningarna som utgör materialet för artikeln, sammanlagt ingår 21104 elever, 3656 från mellanstadiet, 9433 från högstadiet och 8015 från gymnasiet.

Tabell 2. *Undersökningsgrupp efter undersökningsort, undersökningsår och kön. Antal personer.*

Undersökningsort, år	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Haninge, 2012			274	241	213	227
Huddinge, 2009			381	389	432	332
Jönköping, 2003	335	334	579	523	351	328
Jönköping, 2006	358	341	634	609	506	453
Jönköping, 2009	372	354	551	574	551	503
Jönköping, 2012	375	335	542	567	425	453
Jönköping, 2015	438	414	608	589	586	536
Lidingö, 2003			246	248		
Lidingö, 2007			306	272	238	238
Lidingö, 2011			301	248	309	244
Sävsjö 2014			58	49		
Täby, 2013			290	354	563	527
Totalt	1878	1778	4770	4663	4174	3841

En mycket intressant aspekt är att den aktuella studien ingår i samtliga undersökningar som genomförts i Jönköping sedan 2003, vilket gör det möjligt att studera förändringar över mer en tioårsperiod.

¹⁵ I vissa fall ingår inte alla årskurser i urvalet utan detta har varit inriktat mot en eller två årskurser. I dessa fall har det gjorts ett likartat urval bland de utvalda årskurserna. I några fall handlar det om totalundersökningar i de utvalda årskurserna.

¹⁶ Innefattar naturvetenskapliga, samhällsteoretiska, tekniska program samt andra program som ger full behörighet till studier på högskola eller universitet.

Statistiska metoder

Resultatpresentationen inleds med en presentation av hur barnen/ungdomarna besvarat frågan uppdelat efter kön och skolstadium för att få en fullständig bild av svaren. För en fördjupad analys behöver dock svaren sammanfattas i teoretiskt mer meningsfulla grupper, annars skulle analysen bli alltför omfattande och troligen överblickbar. Av dessa skäl sammanfattas svaren i följande tre grupper.

1. Upplevelse av att vara för mager innefattande svaren för mager och lite för mager.
2. Upplevelse av att vara för tjock innefattande svaren för tjock och lite för tjock.
3. De två återstående svarsalternativen – ganska lagom och jag bryr mig inte – blir en jämförelsegrupp som betecknas med att man är nöjd med sin vikt.

Den mer fördjupade analysen koncentreras till två jämförelser – dels jämförs gruppen som uppgett att de tycker de är för magra med de som är nöjda (svaren lagom och jag tänker inte på det), dels jämförs de som tycker de är för tjocka med de som är nöjda. Vid dessa jämförelser används binär logistisk regression. Logistisk regression kan ses som en parallell till linjär regression som används i de fall då det beroende variabeln (utfallsvariabeln) endast antar två separata värden. Liksom när det gäller linjär regression studeras sambanden med olika variabler, d.v.s. samband när hänsyn tagits till övriga oberoende variabler som ingår i analysen (d.v.s. efter kontroll för dessa)¹⁷. Detta ger en bild av vilka ”direkta” samband som finns. För varje variabel testas om det gällande sambandet är signifikant eller ej (i realiteten anges sannolikheten för att sambandet skall skilja sig från ett nollsamband). Utfallet för varje värde på enskilda variabler presenteras som oddskvoter vilka kan sägas ange hur troligt det är att individer med det angivna värdet har det studerade utfallet (att man tycker man är för tjock) i relation till hur det är för det värde som behandlas som basvärde (vilket har oddskvoten=1.00). En oddskvot över ett (1) anger att det är relativt sett troligare att individer med detta värde har det studerade utfallet än individer som har det värde som använts som bas, medan en oddskvot under ett (1) innebär att det är mindre troligt. Detta gör det möjligt att se närmare på vilka grupper av individer (som har ett specifikt värde på den studerade variabeln) som speciellt skiljer ut

¹⁷Som påpekats av flera författare (se t ex Mood, 2009) finns det vissa problem med logistisk regression då man vill jämföra resultat mellan olika modeller och grupper. För att kontrollera relevansen i de redovisade resultaten har därför även analyser gjorts med multipel variansanalys (resultaten, som ej redovisas, stöder i detta avseende genomgående de resultat som redovisas).

sig¹⁸. I redovisning redovisas även pseudo R^2 , vilken kan sägas ge en relativ bild av vilken betydelse de studerade oberoende variablerna har för att ”förklara” det studerade utfallet¹⁹.

I det första steget av den fördjupade analysen studeras sambanden med barnens/ungdomarnas sociala bakgrund – familjesituation och relation till föräldrar, familjens (materiella) resurser samt invandrarbakgrund. Det andra steget innefattar att se närmare på vilka samband det finns mellan upplevelse av vikt och barnens/ungdomarnas (beskrivning av sin) skol- och fritidssituation. Även dessa görs med binär logistisk regressionsanalys med kontroll för social bakgrund för att få en bild av de direkta sambanden.

En naturlig fråga är givetvis hur upplevelse av att vara för mager eller för tjock samvarierar med matvanor. I detta fall har jag valt att endast studera de bivariata samband, dvs utan kontroll för social bakgrund. En naturlig fråga som kan ställas är vilka samband det kan finnas mellan upplevelse av kroppsvikt och hälsa/livskvalitet. Även i detta fall används binär logistisk regression för att kunna få en bild av vilken mer direkt inverkan just upplevelse av kroppsvikt kan ha.

Bearbetningen av data har gjorts i SPSS, version 21.

¹⁸ Som ett mer konkret exempel kan man se till resultaten av de som upplever att de är för magra vilken presenteras i tabell 7, sid. 25. Ser vi till sambanden med familjens resurser bland pojkar på mellanstadiet framträder här ett signifikant samband (* motsvarande $p < 0.05$). Detta visar att svaren varierar beroende på familjens resurser även då man kontrollerat för familjeförhållande och grad av invandraranknytning. Vid jämförelser mellan olika värden på variabeln är mellangruppen bas. För två grupper – de som kommer från familjer med mycket stora resurser och de som kommer från familjer med mycket små resurser är oddskvoterna signifikant större än ett. När det gäller invandraranknytning finns inget signifikant samband, vilket alltså kan tolkas som att andra eller första generationens invandrare inte skiljer sig från pojkar med svenskt ursprung som kommer från familjer med likartade resurser. Det framträder inte heller några signifikanta samband med familjesituation.

¹⁹ Detta kan ses som parallell till förklaringsgrad (R^2) som i linjär regression anger hur stor del av variationen i den beroende variabeln som kan förklaras av de variabler som ingår i regressionsmodellen. Själva modellens karaktär gör dock att Pseudo R^2 i den logistiska regressionen kan tolkas på samma sätt. Forskare är mer osäkra på hur det skall tolkas, men Nagelkirke, som utvecklat ett av de mått som brukar användas menar att måttet kan användas för att ge en relativ bild av vilken betydelse de oberoende variablerna har (Nagelkirke, 1991).

Resultat

I tabell 3 nedan presenteras svarsfördelningen uppdelat efter kön och stadium. I tabellen redovisas också det interna bortfallet för att få uppfattning om hur relevant frågan upplevts av barn/ungdomar i olika åldrar.

Tabell 3. För mager, för tjock eller lagom? Svarsfördelning efter kön och stadium. Andel (%).

	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Totalt antal personer (n)	1878	1778	4770	4683	4174	3841
Besvarat frågan (n)	1784	1678	4424	4424	3991	3733
Internt bortfall (%)	5.0	5.6	7.3	5.5	4.4	2.8
Skillnad P/F. Sign. nivå	***		***		***	
För mager	2.1	2.7	3.4	2.5	3.8	1.4
Lite för mager	8.2	6.1	13.1	7.0	16.2	5.4
Ganska lagom	47.1	49.4	44.9	43.3	43.7	45.1
Lite för tjock	15.4	19.1	17.2	30.1	17.1	33.4
För tjock	2.7	4.1	4.2	9.4	3.5	8.7
Jag tänker inte på det	24.4	18.6	17.2	7.8	15.7	5.9
Skillnad P/F. Sign. nivå	***		***		***	
För mager #	10.3	8.8	16.5	9.4	20.0	6.9
Nöjd ##	71.6	68.0	62.0	51.1	59.4	51.0
För tjock ###	18.1	23.2	21.5	39.5	20.6	42.1

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001. # För mager eller lite för mager. ##Ganska lagom eller jag tänker inte på det. ### För tjock eller lite för tjock.

För det första kan konstateras att det interna bortfallet är begränsat – utom bland högstadiepojkar (där det uppgår till 7 %) kring fem procent eller lägre. Jag tolkar detta som att barnen/ungdomarna har upplevt fråga med dess svarsalternativ som relevant och möjlig att besvara.

Resultaten visar att det finns klara könsskillnader där ett mycket framträdande drag är att flickor på alla stadier i högre utsträckning upplever att de är lite för tjocka eller för tjocka.

Men man skall också notera att det är vanligare – även om skillnaderna tycks vara lite mindre – att pojkar oftare upplever att de är för magra. Men det finns också åldersskillnader. Bland pojkar ökar andelen som beskriver sig för magra med ökad ålder, bland flickor andelen som upplever sig för tjocka. Detta innebär också att könsskillnaderna när det gäller om man tycker att man är för mager alternativt för tjock ökar med ökad ålder.

I de tre sista raderna har svaren sammanfattas i tre grupper – att vara för mager (för mager eller lite för mager), att vara nöjd (ganska lagom och jag tänker inte på det) samt att vara för tjock (för tjock eller lite för tjock). Här skall man notera att huvuddelen av de som känner sig för magra liksom av de som känner sig för tjocka valt svaret lite för mager respektive lite för tjock. Andelen som valt de mer extrema alternativen är klart lägre än de siffror som presenteras i de sista raderna i tabellen. Andelen som uppgett att de är för magra uppgår genomgående till endast ett fåtal procent. Andelen som svarat ”för tjock” är något högre, bland pojkar dock endast ett fåtal procent, bland flickor varierande från

fyra procent till nästan tio procent. Att så få valt de mest extrema svaren gör det svårt att göra en fördjupad analys med just dessa grupper. Man kan också tänka sig att man inför andra inte vill överdriva problematiken. Men innan jag tar ett mer definitivt beslut kring hur grupperingen skall göras i de fördjupade analyserna har jag valt att studera hur man i de olika svarsgrupperna svarat när det gäller förekomst av besvär, självskattad hälsa och livskvalitet. Dessa tre mått torde ge en god bild av hur barnen/ungdomarna uppfattar sin livssituation. I tabell B. 4.1 i bilaga 4 redovisas resultaten från dessa analyser²⁰ uppdelat efter kön och stadium. Ser man till de samlade resultaten framträder en entydig bild – alltså relativt oberoende av kön och ålder – där fyra tydliga grupper framträder.

1. Grupperna ”Jag tänker inte på det” och ”Ganska lagom” ger den mest positiva beskrivningen av sin hälsa och livskvalitet.
2. Närmast dessa följer de som svarat ”Lite för mager”
3. Grupperna ”För mager” och ”Lite för tjock” kommer på en tredje plats
4. De som svarat ”För tjock” ger tveklöst den sämsta beskrivningen av hälsa och livskvalitet.

Resultaten stöder alltså ganska entydigt tanken att de två grupperna ”Jag tänker inte på det” och ”Ganska lagom” kan utgöra en lämplig jämförelsegrupp medan det långt ifrån är lika klart att slå ihop de två grupperna som betecknats magra respektive tjocka ovan. Trots detta har jag valt att göra denna sammanslagning eftersom grupperna som svarat med de mest extrema alternativen är så små – en separat analys av just dessa blir då mer osäker. Man bör här ha i åtanke att situationen kan vara mer markant avvikande bland dem som valt de mer extrema svarsalternativen. Möjligen skulle man kunna tänka sig att göra vissa separata analyser av flickor som svarat ”för tjock” men i så fall koncentrerat till högstadiet och gymnasiet. Separata analyser för dessa båda grupper kommer att göras.

I den fortsatta analysen kommer svaren att sammanfattas i följande tre grupper:

1. Upplevelse av att vara för mager innefattande svaren för mager och lite för mager.
2. Upplevelse av att vara för tjock innefattande svaren för tjock och lite för tjock
3. De två återstående svarsalternativen – ganska lagom och jag bryr mig inte – blir en jämförelsegrupp som betecknas med att man är nöjd med sin vikt.

²⁰ Analyserna har genomförts med envägs variansanalys. För att testa skillnader mellan olika grupper används Duncan's post-hoc-test.

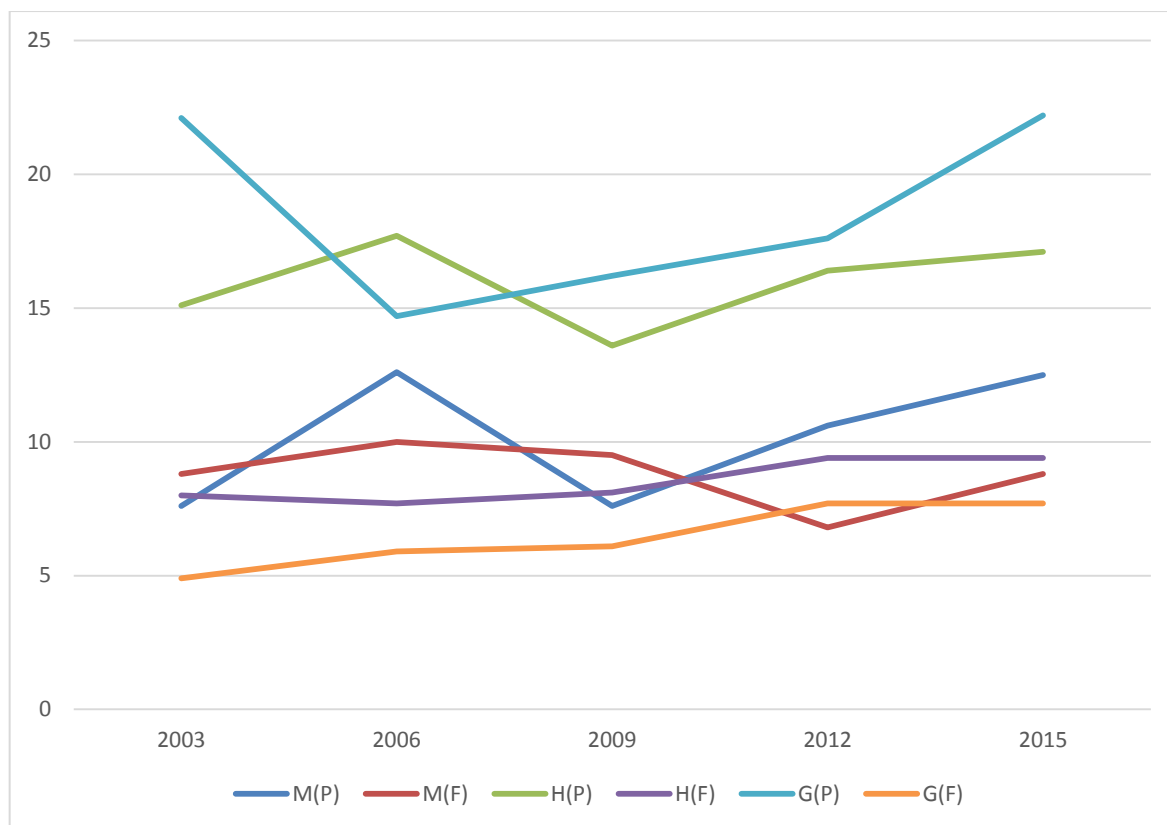
I tabell 4 presenteras hur andelen som angett att de känner sig för magra varierar i de enskilda delundersökningarna.

Tabell 4. Andel (%) som angett att de känner sig för magra efter stad, kön och stadium

Undersökningsort, år	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Jönköping, 2003	7.6	8.8	15.1	8.0	22.1	4.9
Jönköping, 2006	12.6	10.0	17.7	7.7	14.7	5.9
Jönköping, 2009	7.6	9.5	13.6	8.1	16.2	6.1
Jönköping, 2012	10.6	6.8	16.4	9.4	17.6	7.7
Jönköping, 2015	12.5	8.8	17.1	9.4	22.2	7.7
Lidingö, 2003			15.6	9.8		
Lidingö, 2007			15.6	12.3	23.5	8.1
Lidingö, 2011			18.4	10.5	26.1	8.3
Huddinge, 2009			18.5	11.1	20.4	6.8
Haninge, 2012			17.1	10.8	16.7	9.9
Täby, 2013			16.7	12.0	22.9	5.8
Sävsjö 2014			22.8	4.1		
Totalt, medelvärde	10.3	8.8	16.5	9.4	20.0	6.9
Min	7.6	6.8	13.6	7.7	14.7	4.9
Max #	12.6	10.0	18.5	12.3	26.1	9.9

I dessa fall har inte Sävsjö räknats med dels därför att materialet här är litet, dels därför att värden skiljer sig markant från övriga.

I högstadiet och gymnasiet finns det en indikation på att andelen ungdomar som tycker att de är för magra verkar vara något högre i de olika undersökningarna i Stockholms-regionen än i Jönköping, något som kan vara viktigt att ha i åtanke i den fortsatta tolkningen. Om vi koncentrerar oss till Jönköping är det svårt att se någon mer systematisk förändring under perioden 2003-2015. I figur 1 redovisas utvecklingen av andelen som uppger att de känner sig för magra studierna som genomförts under denna period i Jönköping efter kön och stadium.



Figur 1. Jönköping. Andelen (%) som uppper att de känner sig för magra efter kön, stadium och undersökningsår.

Frågan är då hur det ser ut när det gäller andelen som upplever att de är för tjocka.

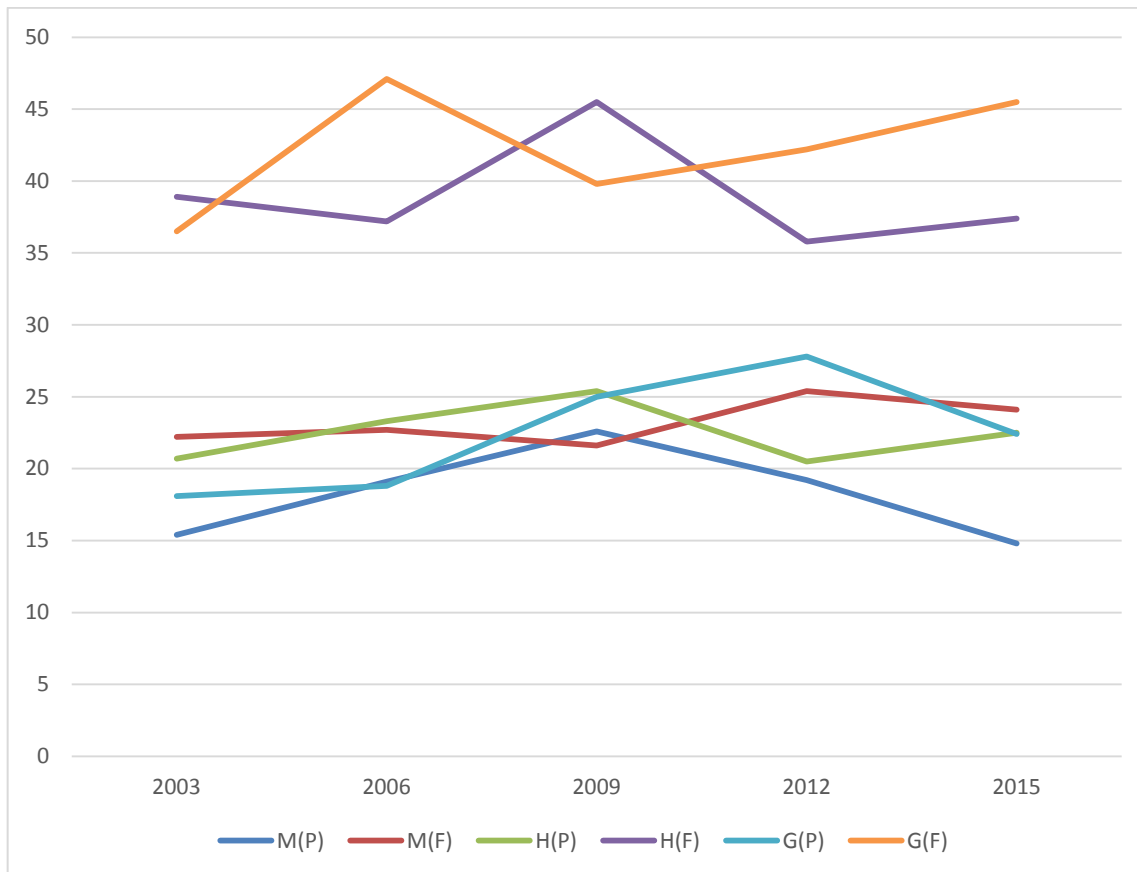
Tabell 5. Andel (%) som angett att de känner sig för tjocka efter stad, kön och stadium.

Undersökningsort, år	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Jönköping, 2003	15.4	22.2	20.7	38.9	18.1	36.5
Jönköping, 2006	19.1	22.7	23.3	37.2	18.8	47.1
Jönköping, 2009	22.6	21.6	25.4	45.5	25.0	39.8
Jönköping, 2012	19.2	25.4	20.5	35.8	27.8	42.2
Jönköping, 2015	14.8	24.1	22.5	37.4	22.4	45.5
Lidingö, 2003			18.1	35.9		
Lidingö, 2007			16.3	38.5	16.2	42.8
Lidingö, 2011			16.4	41.6	13.5	37.9
Huddinge, 2009			23.9	41.7	17.3	36.2
Haninge, 2012			24.1	36.8	23.2	36.0
Täby, 2013			17.8	44.9	19.4	48.2
Sävsjö 2014			22.8	40.8		
Totalt, medelvärde	18.1	23.2	21.5	39.5	20.6	42.1
Min	14.8	21.6	16.3	35.8	13.5	36.0
Max	22.6	25.4	25.4	45.5	27.8	48.2

I dessa fall har inte Sävsjö räknats med dels därför att materialet här är litet, dels därför att värden skiljer sig markant från övriga.

För det första skall man kanske notera att det i vissa fall – speciellt bland högstadie- och gymnasieflickor finns en mycket hög andel – nästan upp mot hälften – som beskriver sig som för feta eller lite för feta. Någon mer tydlig skillnad framträder knappast mellan Jönköping och

resultaten från Stockholmsregionen, i varje fall ingen tendens till att det skulle vara vanligare att man upplever sig vara för tjock. Detta stöder den tanke som framförts av flera, nämligen att det västerländska kroppsidealet är något som är något som trängt in i stora delar av, ja kanske huvuddelen av det svenska samhället. Även här tycks det inte heller ha skett någon mer systematisk förändring i Jönköping under perioden 2003-2015 (figur 2).



Figur 2. Jönköping. Andelen (%) som uppger att de känner sig för tjocka efter kön, stadium och undersökningsår.

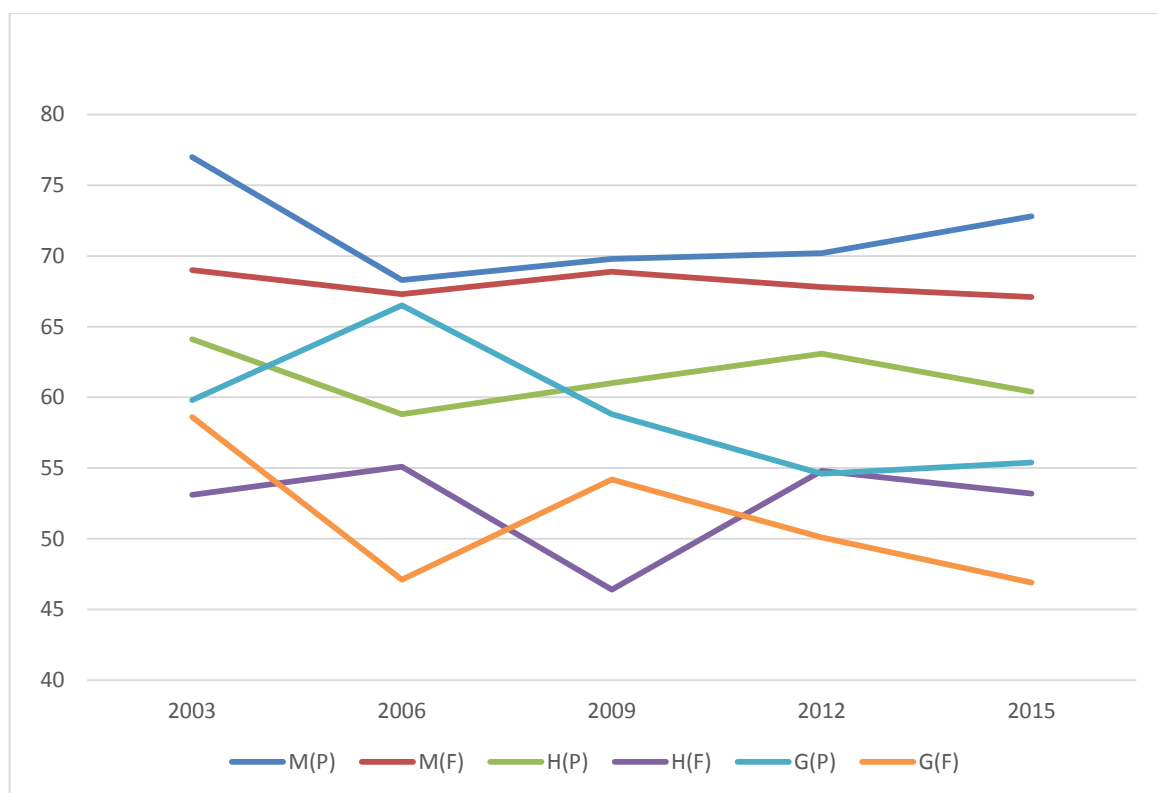
Nästa steg handlar om att se till andelen som kan sägas vara nöjd med sin kroppsvikt i de olika studierna.

Tabell 6. Andel (%) som är nöjda med sin vikt efter stad, kön och stadium.

Undersökningsort, år	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Jönköping, 2003	77.0	69.0	64.1	53.1	59.8	58.6
Jönköping, 2006	68.3	67.3	58.8	55.1	66.5	47.1
Jönköping, 2009	69.8	68.9	61.0	46.4	58.8	54.2
Jönköping, 2012	70.2	67.8	63.1	54.8	54.6	50.1
Jönköping, 2015	72.8	67.1	60.4	53.2	55.4	46.9
Lidingö, 2003			66.3	54.3		
Lidingö, 2007			68.1	49.2	60.3	49.2
Lidingö, 2011			65.2	47.9	60.4	53.8
Huddinge, 2009			57.5	47.2	62.3	57.0
Haninge, 2012			58.8	52.5	60.1	54.1
Täby, 2013			65.5	43.1	57.7	46.0
Sävsjö 2014			54.4	55.1		
Totalt	71.6	68.0	62.0	51.1	59.4	51.0
Min	68.3	67.1	57.5	43.1	54.6	46.0
Max	77.0	69.0	68.1	55.1	66.5	58.6

I dessa fall har inte Sävsjö räknats med dels därför att materialet här är litet, dels därför att värden skiljer sig markant från övriga.

Ser man till mellanstadiet kan man notera att det i alla studier – observera att här ingår endast Jönköping – en klar majoritet, mer än två tredjedelar tycks vara nöjd med sin kroppsvikt. Även om det finns vissa könsskillnader som indikerar att flickor är mindre nöjda så är könsskillnaderna relativt begränsade. I stor utsträckning tycks det finnas en skiljelinje som går mellan mellan- och högstadiet. På de båda högre stadierna (skillnaden mellan dessa är relativt begränsad) framträder markanta könsskillnader i förväntad riktning. **Bland pojkar är ungefär 60-70 % nöjda, medan endast ungefär hälften av flickorna är nöjda.** Även om andelen varierar är det knappast någon mer framträdande skillnad mellan Jönköping och Stockholmsregionen. Som man kan vänta sig tycks det knappast heller ha skett någon mer systematisk förändring i Jönköping under perioden 2003 – 2015.



Figur 3. Jönköping. Andelen (%) som är nöjda med sin kroppsvikt efter kön, stadium och undersökningsår.

Hur varierar uppfattningen om kroppsvikt med social bakgrund?

Ett första steg är att se lite närmare på hur social bakgrund kan tänkas inverka på inställningen till kroppen. Innan vi går djupare in på hur olika delar av denna kan tänkas inverka är det intressant att se lite närmare på vad det finns för samband med de enskilda variablerna. I bilaga 5 presenteras hur fördelningen av svaren – att vara för mager, nöjd eller för tjock varierar med de olika måtten på social bakgrund, här presenteras en sammanfattning av de centrala resultaten (se tabellerna B.5.1a–c i bilaga 5).

Om vi börjar med familjesituationen framträder tydliga signifikanta samband på mellanstadiet samt bland flickor på högstadiet och gymnasiet, alltså ett slags antydning till att familjesituationen kan spela en något större roll bland flickor än bland pojkar. **Ett gemensamt drag när det gäller dessa samband är att flickor som bor med bägge föräldrar är mest nöjda med sin kroppsvikt.** Andelen som beskriver sig som för tjocka är i de flesta fall också lägst i denna grupp. Däremot framträder knappast något riktigt tydligt mönster när det gäller vilken grupp som är minst nöjd. Ser man till förtroende för föräldrar – något som torde ge en bild av relationen till föräldrarna – finns signifikanta samband utom bland mellanstadietpojken, men tendensen är densamma även i detta fall. **Mönstret är tydligt – barn/ungdomar som inte uppger att de har förtroende för någon av**

sina föräldrar uppger i högre utsträckning att de är för tjocka. Uppenbart finns det en koppling till familjeförhållande, där relationen till föräldrar kanske har störst betydelse.

När det gäller socioekonomisk bakgrund framträder signifikanta samband bland pojkar, men bland flickor endast på gymnasiet. Bland pojkar finns ett mönster som pekar mot att andelen som anger att de är för magra är högre bland dem som kommer från familjer med mindre resurser. Samma mönster framträder även bland gymnasieflickorna. Här kan man kanske tänka sig att idealet att en pojke/man skall vara stark slår igen starkare i lägre socioekonomiska grupper. Denna förklaring kan givetvis inte gälla för sambandet bland gymnasieflickorna, möjligen skulle bakom detta samband kunna finnas en kulturell skillnad när det gäller kroppsideal. Det är ju fler bland de som kommer från familjer med mindre resurser som har invandrabakgrund. Eventuella skillnader i social bakgrund skulle alltså kunna bero på att andelen invandrarungdomar är olika. Ett stöd för denna tolkning är faktumet att det finns signifikanta samband med grad av invandranknytning bland flickor på alla de tre stadierna. Flickor med invandrabakgrund (ibland dock endast första generationen) beskriver sig i högre utsträckning som för magra och i mindre utsträckning som för tjocka. Det bör dock noteras att skillnaderna i de flesta fall är relativt begränsade. Bland pojkar framträder endast signifikanta samband på gymnasiet, där färre av invandrarungdomarna anger att de är för magra.

Ett problem när det gäller tolkningen av dessa bivariata samband är att det finns tydliga samband mellan de olika måtten på social bakgrund. Allra tydligast framträder detta antagligen när det gäller familjens resurser och grad av invandranknytning. Den centrala frågan för tolkningen är därför hur de direkta sambanden med de olika variablerna – efter kontroll för övriga variabler ser ut. I tabell 7 presenteras resultat från jämförelserna mellan de som beskriver sig för magra och de som är nöjda med sin kroppsvikt.

Tabell 7. Upplever sig för mager. Jämförelse med de som är nöjda. Samband med social bakgrund efter kontroll för undersökningsort och undersökningsår. Resultat från logistisk regressionsanalys – oddskvoter med signifikansnivåer efter stadium och kön.

Variabel	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
N=	1435	1273	3257	2503	2574	1752
Pseudo R ² (Nagelkirke)	2.7	3.9	0.5	2.2	1.7	2.7
Familjesituation (bor med)				***	+	
Båda föräldrar	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Ensam mamma	0.42	0.49	1.02	1.49+	1.17	0.73
Ensam pappa	0.00	0.00	0.59	3.64**	1.78*	0.50
Växelvis	0.85	1.29	0.99	1.13	1.34	1.18
Mamma o annan vuxen	1.59	0.00	1.21	0.64	0.95	1.23
Pappa o annan vuxen	2.18	10.7	1.54	2.03*	1.03	1.26
Ensam					0.52	0.62
Förtroende för föräldrar	+	+		+		*
Nej	1.60	1.87	1.05	1.29	1.00	1.58
Ja	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Familjens resurser	*					*
Mycket stora	1.79*	0.73	0.92	0.97	1.01	1.03
Stora	0.86	0.98	1.16	1.04	0.86	0.75
Medel	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Små	1.41	0.89	1.29	0.75	0.97	1.48
Mycket små	3.47*	0.87	1.43	1.13	0.31*	2.32*
Invandraranknytning		+			+	
Svenskt ursprung	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Svag	0.75	1.30	0.97	0.89	1.12	0.94
Andra gen. invandrare	0.99	1.10	0.97	1.06	0.66*	1.06
Först gen. invandrare	0.66	2.73*	0.86	1.17	0.77	0.77

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001.

Den övergripande bilden är att det direkta sambandet med social bakgrund är mycket svagt när det gäller upplevelse av att vara för mager. Ingen av de ingående variablerna ger något tydligt genomslag. Ser man till familjeförhållanden finns dock en antydning till ett mer genomgående samband med förtroende för föräldrar bland flickor men dock endast riktigt tydligt för gymnasieflickorna. Till detta skall också läggas sambandet med familjesituation bland högstadiesflickorna där det begränsade antalet som bor med en ensamstående pappa eller med en pappa som har en ny partner oftare uppger att de är för mager. Med familjens resurser och grad av invandraranknytning framträder endast enstaka samband som knappast följer något mer tydligt mönster.

Frågan är då hur det ser ut när det gäller de som tycker de är för tjocka – något som speciellt bland flickor torde kunna betraktas som mer laddat. De bivariata samband som förekom tycks också i stor utsträckning handla om just detta perspektiv. I tabell 8 redovisas resultat från binära logistiska regressioner där de som tycker de är för tjocka jämförs med de som är nöjda.

Tabell 8. Upplever sig för tjock. Jämförelse med de som är nöjda. Samband med social bakgrund efter kontroll för undersökningsort och undersökningsår. Resultat från logistisk regressionsanalys – oddskvoter med signifikansnivåer efter stadium och kön.

Variabel	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
N=	1572	1504	3464	3755	2551	2833
Pseudo R ² (Nagelkirke)	4.4	3.8	1.3	4.6	2.3	2.1
Familjesituation (bor med)	**	*		***	**	
Båda föräldrar	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Ensam mamma	0.98	1.85*	1.36+	1.78***	1.21	1.19
Ensam pappa	4.00*	1.19	1.32	1.45	1.43	1.20
Växelvis	1.66*	1.54*	1.17	1.40**	1.36*	1.14
Mamma o annan vuxen	0.59	1.05	1.37	1.61**	2.20***	1.26
Pappa o annan vuxen	>100	15.6*	1.71*	1.47	1.08	1.41
Ensam					0.56	0.98
Förtroende för föräldrar	**	***		***	*	***
Nej	1.89	2.57	1.16	2.24	1.34	1.55
Ja	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Familjens resurser					+	
Mycket stora	0.88	0.78	0.76*	0.98	0.63**	0.88
Stora	0.81	1.00	0.87	0.97	0.83+	1.08
Medel	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Små	1.20	0.71	1.12	0.84	0.88	0.95
Mycket små	1.92	0.70	1.15	0.63+	0.85	1.11
Invandraranknytning						**
Svenskt ursprung	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Svag	0.95	0.90	1.02	0.89	1.13	0.97
Andra gen. invandrare	1.28	0.98	1.29+	0.88	1.15	0.72*
Först gen. invandrare	0.76	0.66	0.85	0.78	0.66+	0.58**

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001.

Här framträder fler signifikanta samband. Dessa handlar främst om familjeförhållanden medan såväl familjens resurser liksom grad av invandraranknytning tycks vara svagt kopplat till upplevelsen av att vara för tjock. Detta passar väl in i den bild som även andra forskare tagit upp, nämligen att det västerländska kroppsidealet om en slank kropp är något som spritt sig i olika socialgrupper och även olika kulturella aspekter (Holmqvist Gattario, 2013). Vad är det då för skillnader som framträder? Det första man kan konstatera är att barn/ungdomar som inte angett att de har förtroende för föräldrar i högre utsträckning anger att de är för tjocka. Högstadietpojkar tycks dock här vara ett undantag, här skiljer just denna grupp inte ut sig speciellt. Vid sidan av detta finns på mellanstadiet, bland högstadieflickor och bland gymnasiepojkar även samband med familje-situationen. Mönstret är långt ifrån entydigt men resultaten pekar mot att det kan vara vanligare att barn/ungdomar som bor med ensamstående mamma, har växelvis boende eller bor i familjer med en ny partner uppger att de är för tjocka.

För högstadie- och gymnasieflickor har även separata analyser gjorts där den mindre grupp som svarat att de är för tjocka (lite för tjocka är ej med) jämförs med de som uppger att de är nöjda. Resultaten, som ej redovisas, stämmer väl med de som presenterats när det gäller gruppen för tjock

eller lite för tjock i tabellen ovan. Möjligen kan man se en indikation på att förtroende för föräldrar slår igenom ännu starkare.

Vad finns det för koppling till ungdomarnas skolsituation?

För att beskriva barnens/ungdomarnas skolsituation används tre olika typer av mått. Frågan hur man trivs med sin skolsituation kan tänkas ge en mer övergripande bild av hur barnen/ungdomarna är anpassade i skolan. För att mäta detta används frågan ”Hur trivs du i skolan?” med svarsalternativen Bra, Ganska bra, Varken bra eller dåligt (i vissa fall OK), Ganska dåligt, Dåligt. En annan dimension tar upp hur man upplever klimatet i skolan. Beskrivningen av detta fall utgår från frågan ”Hur tycker du det är i din skola?” innefattande följande påståenden: Det är oftast arbetsro och lugnt, Det är bra och positiv stämning, Det är god sammanhållning, Det är stressigt, Det förekommer våld, Det förekommer mobbing, Det används grova ord/svordomar/könsord, Det förekommer rasism, Det finns möjligheter att påverka undervisningen, Det är bra lärare, Killar och tjejer behandlas lika, Killar får mer stöd än tjejer, Tjejer får mer stöd än killar, Under lektionerna har vi varje dag någon form av rörelse/motion, Det finns de i min klass som pratar nedsättande om andra personer, t.ex. homosexuella eller personer som kommer från annat land/eller har ett funktionshinder, Jag lär mig något viktigt i skolan, Jag får det stöd som behövs för att lyckas i skolan, Jag får den stimulans som behövs för att lyckas med skolarbetet. För varje påstående kan eleverna välja mellan följande svar: Stämmer precis, Stämmer ganska bra, Stämmer inte särskilt bra, Stämmer inte alls. En explorativ faktoranalys²¹ pekar mot att flera dessa frågor kan sammanfattas i tre dimensioner, nämligen

1. Inställning till positiva element i skolklimatet, innefattande Det är oftast arbetsro och lugnt, Det är bra och positiv stämning, Det är god sammanhållning.
2. Inställning till negativa element i skolklimatet, innefattande Det är stressigt, Det förekommer våld, Det förekommer mobbing, Det används grova ord/svordomar/könsord, Det förekommer rasism, Det finns de i min klass som pratar nedsättande om andra personer, t.ex. homosexuella eller personer som kommer från annat land/eller har ett funktionshinder.

²¹ Faktoranalys är en statistisk metod som används för att studera underliggande, bakomliggande, mönster eller samband för ett stort antal variabler och undersöka om informationen kan komprimeras, sammanfattas genom att definiera bakomliggande **faktorer**. Med konfirmerande faktoranalys avses en situation där man undersöker om dessa bakomliggande faktorer passar in i ett redan formulerat teoretiskt mönster. Med explorativ faktoranalys avses en situation där man inte från början har en teoretisk referensram utan hoppas att den statistiska analysen skall bli underlag för en sådan.

3. Upplever att man får stöd/stimulans Det är bra lärare, Jag lär mig något viktigt i skolan, Jag får det stöd som behövs för att lyckas i skolan, Jag får den stimulans som behövs för att lyckas med skolarbetet.

Förtroende för lärare respektive skolsköterska kan sägas ge en annan bild av skolsituationen. I detta fall utgår måttet från samma fråga som när det gäller förtroende för föräldrar.

I ett första steg har de bivariata sambanden med dessa variabler studerats (se tabellerna B.5.2a-c i bilaga 5). **Resultaten visar här på en mycket genomgående koppling till beskrivning/upplevelse av skolklimatets alla tredimensioner där ett gemensamt drag är att de som är nöjda med sin vikt ger den mest positiva bilden av detta klimat.** Dessa uppger alltså i högre utsträckning att det finns positiva element i skolan och att man får det stöd och den stimulans man behöver. I motsats är det mindre vanligt att man tar upp olika negativa element. Vid sidan av detta framträder dock några fall där de som tycker de är för tjocka ger en klart mer negativ bild än övriga elever. Detta gäller för mellanstadieelever när det gäller stöd/stimulans, för gymnasiepojkar för alla tre måtten samt för gymnasieflickor när det gäller förekomst av negativa element. Detta senare kan vara speciellt intressant eftersom man här skulle kunna tänka sig en koppling till mobbing och trakasserier kopplade till vikt och/eller utseende även om detta inte kan identifieras i frågorna. Här är det dock viktigt att komma ihåg att det handlar om dessa elevers upplevelse, vilket inte behöver betyda att klimatet allmänt är sämre i klassen om man utgår från alla elevers bedömning (vilket kanske kan sägas ge en mer relevant beskrivning av hur klassklimatet är, även om detta självklart inte är säkert).

Även sambanden med skoltrivsel tycks vara relativt genomgående – signifikanta samband utom bland högstadiepojkar. Även här skiljer ofta de som tycker de är för tjocka ut sig i flera fall. Dessa ger en klart lägre genomsnittlig bild av sin trivsel i skolan bland mellanstadieelever, samt högstadie- och gymnasiepojkar. Bland mellanstadie- och högstadiepojkar framträder även samband med förtroende för lärare, där de som bedömt sig som för tjocka i mindre utsträckning uppger att de har förtroende för lärare. Men innan vi fördjupar oss i tolkning kan det vara viktigt att undersöka hur de direkta sambanden ser ut via logistisk analys med kontroll för social bakgrund. Liksom tidigare presenteras först resultat för de som tycker att de är för magra.

Tabell 9. Upplever sig för mager. Jämförelse med de som är nöjda. Samband med social bakgrund och skolsituation efter kontroll för undersökningsort och undersökningsår. Resultat från logistisk regressionsanalys – oddskvoter med signifikansnivåer efter stadium och kön.

Variabel	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
N=	1411	1259	2777	2179	2249	1535
Pseudo R ² (Nagelkirke)	4.6	6.1	2.0	4.8	3.0	4.4
Familjesituation (bor med)				***		
Båda föräldrar	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Ensam mamma	0.39	0.51	0.95	1.55+	1.11	0.64
Ensam pappa	0.00	0.00	0.48	4.56**	1.75*	0.46
Växelvis	0.89	1.23	1.00	1.05	1.30+	1.10
Mamma o annan vuxen	1.62	0.00	1.08	0.51	0.79	1.04
Pappa o annan vuxen	2.25	10.8	1.53	1.78+	1.09	1.36
Ensam					0.57	0.49
Förtroende för föräldrar						**
Nej	1.33	1.70	1.12	1.10	1.01	1.77
Ja	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Familjens resurser	**					
Mycket stora	1.98*	0.74	0.86	0.92	0.95	1.04
Stora	0.90	0.97	1.16	1.15	0.84	0.77
Medel	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Små	1.45	0.79	1.37+	0.72	0.78	1.30
Mycket små	3.53*	0.88	1.48	1.18	0.40+	2.07+
Invandraranknytning		+			**	
Svenskt ursprung	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Svag	0.77	1.28	1.01	0.98	1.11	0.86
Andra gen. invandrare	0.89	1.07	1.02	1.05	0.56*	0.91
Först gen. invandrare	0.64	2.74*	0.94	1.05	0.50*	0.76
Skolklimat – positivt	1.27	1.47*	1.09	1.25*	0.98	1.38*
- Negativt	0.80+	0.83	0.86*	0.78*	0.84*	1.03
- Stöd/stimulans	1.18	1.19	1.25*	1.21	1.12	1.11
Förtroende för lärare					+	
Nej	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Ja	0.98	1.06	1.16	1.06	1.22	0.93
Förtroende för skolsköterska						
Nej	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Ja	0.78	1.10	1.19	1.08	1.11	1.18
Trivsel i skolan	0.90	1.06	1.03	1.19	1.14	1.35*

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001.

De direkta samband som framträder - efter kontroll för social bakgrund och de olika måtten på skolsituationen – gäller främst upplevelsen av positiva respektive negativa element i skolklimatet. Barn/ungdomar som upplever att de är för magra uppger att positiva element (t.ex. lugn och ro, god sammanhållning eller en positiv stämning) förekommer i lägre utsträckning. Till detta torde också sambandet med stöd/stimulans som framträder bland högstadiepojkar kunna räknas, vilket innebär att en sådan koppling tydligt markeras utom bland mellanstadie- och gymnasiepojkar. Resultaten pekar mot att detta dock är mer avgörande för flickor än för pojkar. Till detta skall föras att de som tycker de är för magra uppger en högre förekomst av negativa element (t.ex. förekomst av våld, mobbing, användning av svordomar, könskränkande och nedsättande uttryck). Detta framträder tydligt bland högstadieelever och gymnasiepojkar, men resultaten pekar även i övrigt åt samma håll utom bland

gymnasieflickorna. Här kan man fundera närmare kring om denna grupp av elever oftare blir retade eller trakasserade och kanske till viss del också uteslutna i skolan/klassen. Sedan är det givetvis svårt att avgöra vad som är hönan och ägget. Notabelt är att gruppen inte tycker sig få sämre stöd/stimulans, trivs sämre i skolan eller har lägre förtroende till lärare.

Frågan är hur det ser ut för de som tycker sig vara för tjocka.

Tabell 10. *Upplever sig för tjock. Jämförelse med de som är nöjda. Samband med social bakgrund och skolsituation efter kontroll för undersökningsort och undersökningsår. Resultat från logistisk regressionsanalys – oddskvoter med signifikansnivåer efter stadium och kön.*

Variabel	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
N=	1544	1486	2950	3268	2241	2512
Pseudo R ² (Nagelkirke)	4.2	8.7	3.5	7.9	4.4	3.4
Familjesituation (bor med)	+	*		**	**	
Båda föräldrar	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Ensam mamma	0.84	1.89*	1.22	1.71***	1.10	1.16
Ensam pappa	3.63*	1.07	1.22	1.34	1.56	1.04
Växelvis	1.60	1.47*	1.14	1.25*	1.41*	1.10
Mamma o annan vuxen	0.63	0.94	1.09	1.36	2.25***	1.23
Pappa o annan vuxen	>100	11.2*	1.57+	1.25	1.11	1.29
Ensam					0.58	0.91
Förtroende för föräldrar	*	**		***	*	***
Nej	1.62	1.89	1.08	1.88	1.29	1.57
Ja	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Familjens resurser			**	+	**	
Mycket stora	0.90	0.79	0.66**	0.94	0.55**	0.87
Stora	0.81	0.99	0.80*	1.00	0.78*	1.08
Medel	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Små	1.12	0.64*	1.26	0.78+	0.83	0.93
Mycket små	1.87	0.58	1.00	0.51*	0.67	1.07
Invandraranknytning						*
Svenskt ursprung	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Svag	0.98	0.86	1.00	0.91	1.11	0.90
Andra gen. invandrare	1.29	0.97	1.24	0.94	1.15	0.71*
Först gen. invandrare	0.89	0.77*	0.89	0.84	0.70	0.59**
Skolklimat – positivt	1.02	1.26+	1.06	1.05	1.13	1.06
- Negativt	0.73**	0.75*	0.75***	0.76***	0.73***	0.83**
- Stöd/stimulans	1.06	1.47**	1.15+	1.46***	1.12	1.20*
Förtroende för lärare						
Nej	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Ja	0.84	1.21	0.91	0.89	1.17	1.12
Förtroende för skolsköterska						
Nej	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Ja	1.06	1.10	1.05	0.97	1.14	0.91
Trivsel i skolan	1.22*	1.20+	1.18+	1.06	1.19*	1.46***

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001.

Det är främst tre dimensioner för skolsituationen som tycks kopplas samman med upplevelsen av att vara för tjock – förekomst av negativa element i skolklimatet, stöd/stimulans och hur man trivs i skolan. I samtliga sex grupper anger de som tycker att de är för tjocka att de tycker det är vanligare att det förekommer negativa element – t.ex. stress, våld, mobbing, användning av nedsättande uttryck

o.s.v.. Detta pekar mot att just de som tycker de är för tjocka i högre utsträckning retas och utsätts för olika former av trakasserier i skolan även om detta även drabbar de som tycker de är för magra. Flickorna uppger också att de får sämre stöd och stimulans, medan detta inte framträder lika tydligt bland pojkarna. I många fall gäller också att de som tycker de är för tjocka trivs sämre i skolan, speciellt tydligt markeras detta av mellanstadie-pojkar och gymnasieelever. Liksom bland dem som tycker de är för magra är kopplingen till förtroende för lärare och skolsköterska svag.

Koppling till fritidssituationen

De studier som ligger som grund för analysen är starkt inriktade mot att undersöka barnens/ungdomarnas fritidssituation, vilket innebär att det finns en lång rad uppgifter kring både vad de gör och vilka prioriteringar de gör. Allt detta kan inte tas upp – då skulle presentationen bli alltför överskådlig. Här har jag valt att endast ta med några mer centrala uppgifter.

Frågan om hur man trivs på fritiden – Hur har du det på din fritid? med svarsalternativen Bra, Ganska bra, Varken bra eller dåligt, Ganska dåligt, Dåligt – bör rimligtvis ge en övergripande bild hur nöjd man är med sin fritidssituation. För barn/ungdomar i allmänhet är umgänge med kamrater väldigt centralt – en fråga man kan ställa sig är alltså om upplevelsen av att vara för mager eller för tjock innebär att man blir isolerad. För att studera detta analyseras samband med frågan ”Hur många riktiga kompisar har du?” Frågan har svarsalternativen Ingen, 1, 2-3, 4-5, 6-10, 11 eller fler, där det främst är intressant att studera hur många det är som uppger att de inte har några riktiga kompisar. Ytterligare ett mått på kamratrelationen framträder med förtroende för kompis (som behandlas i samma fråga som förtroende för föräldrar, lärare respektive skolsköterska).

En viktig faktor som kopplas till övervikt är självklart fysisk aktivitet. För att fånga upp denna studeras dels medlemskap i idrottsförening, dels egenskattad fysisk aktivitet. Medlemskap i idrottsförening fångar inte helt upp hur fysiskt aktiva barn/ungdomar är men en rad studier har visat att en mycket stor del av de som är fysiskt aktiva är med i en idrottsförening (ref). Med frågan ”Hur ofta tränar/motionerar du på din fritid så att du blir andfådd eller svettas? (Du ska inte räkna de gånger du haft skolgymnastik) med svarsalternativ: Aldrig, mindre än 1 gång per vecka, 1 gång per vecka, 2-3 gånger per vecka, 4-5 gånger per vecka, Mer än 5 gånger per vecka fångas en större bredd av den fysiska aktiviteten upp. Ett problem är dock flera studier visat att barnen/ungdomarna överskattar sin aktivitet – troligen får man en högre andel som framstår som fysiskt aktiva än vad som gäller i verkligheten. Samtidigt skall man notera att det t.ex. finns en klar koppling mellan detta mått och t.ex. självskattad hälsa som ändå pekar mot att måttet ger ett slags approximativ bild av den fysiska aktiviteten.

Låt oss börja med att se på vilka bivariata samband som framträder med dessa variabler (se bilaga tabellerna B.5.3a-c i bilaga 5). För det första kan noteras att det i samtliga fall finns en tydlig koppling mellan hur man trivs med sin fritidssituation och upplevelse av kroppsvikt. Bland mellanstadieelever (både pojkar och flickor) handlar det i första hand om att de som tycker de är för tjocka trivs sämre, i de fyra övriga fallen handlar det om att de som är nöjda med sin vikt trivs bättre. I dessa fall gäller alltså att både de som tycker de är för magra eller för feta trivs sämre med mindre skillnad mellan dessa båda grupper.

Även med medlemskap i idrottsförening framträder signifikanta samband utom bland mellanstadieflickor. Utslagen skiljer sig dock mellan könen. Bland högstadie- och gymnasiepojkar är det de som tycker de är för feta som i mindre utsträckning är med i idrottsförening. Bland flickor i högstadiet och gymnasiet är färre med bland dem som tycker de är för magra. Bland mellanstadiepojkar är det främst de som är nöjda med sin kroppsvikt som skiljer ut sig, de är oftare med i idrottsförening. Man skall dock notera att det i inget fall handlar om dramatiska skillnader. Det framträder även samband eller tendens till samband med egenskattad fysisk aktivitet vilket förstärker bilden av kopplingen mellan upplevelse av kroppsvikt och fysisk aktivitet. Bland högstadiepojkar är det i första hand de som tycker de är för tjocka som uppger lägre fysisk aktivitet, bland gymnasiepojkar är det de som är nöjda som i högre utsträckning uppger att de är fysisk aktiva medan det i de övriga fyra fallen handlar om att det är de som tycker de är för magra som har lägst aktivitet.

Det framträder inga samband med hur många riktiga kamrater man har, däremot i viss utsträckning med förtroende för kamrater. Bland mellanstadiepojkar har de som är nöjda i högst utsträckning förtroende för en eller flera kamrater, de som tycker de är för tjocka i minst utsträckning. Bland högstadiepojkar är det de som tycker de är för tjocka som skiljer ut sig, färre bland dem har förtroende för någon kamrat. Bland gymnasieflickor är det däremot de som tycker de är för magra som mindre ofta har förtroende för någon kamrat. Ett viktigt faktum att notera är dock att det inte i något fall handlar om betydande skillnader, tvärtom är skillnaderna ganska begränsade, även i de fall någon grupp har lägre förtroende handlar det ändå om tre fjärdedelar som uppger att de har förtroende för någon kompis.

Frågan är hur det ser ut efter kontroll för social bakgrund. I tabell 11 nedan presenteras resultaten för de som tycker de är för magra.

Tabell 11. *Upplever sig för mager. Jämförelse med de som är nöjda. Samband med social bakgrund och fritidssituation efter kontroll för undersökningsort och undersökningsår. Resultat från logistisk regressionsanalys – oddskvoter med signifikansnivåer efter stadium och kön.*

Variabel	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
N=	1398	1231	2488	1997	2360	1584
Pseudo R ² (Nagelkirke)	3.6	5.4	2.3	7.2	4.1	6.9
Familjesituation (bor med)				*		
Båda föräldrar	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Ensam mamma	0.39	0.48	0.99	1.24	1.18	0.76
Ensam pappa	0.00	0.00	0.59	3.57**	1.79*	0.38
Växelvis	0.83	1.26	0.88	0.85	1.39*	1.22
Mamma o annan vuxen	1.02	0.00	1.09	0.52	0.93	0.74
Pappa o annan vuxen	2.09	>100	1.45	1.45	1.13	1.28
Ensam					0.54	0.66
Förtroende för föräldrar		*				+
Nej	1.53	1.87	0.86	1.03	0.90	1.46
Ja	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Familjens resurser	**				+	+
Mycket stora	2,11**	0.72	0.93	1.06	1.07	1.10
Stora	0.93	1.02	1.07	1.03	0.88	0.83
Medel	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Små	1.53	0.88	1.29	0.68	0.91	1.60+
Mycket små	3.52*	0.78	0.94	1.02	0.25*	2.36+
Invandraranknytning		+				
Svenskt ursprung	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Svag	0.71	1.27	1.04	0.88	0.96	0.87
Andra gen. invandrare	0.96	0.99	1.01	0.99	0.65*	1.03
Först gen. invandrare	0.67	2.41*	0.91	1.03	0.75	0.57
Trivsel med fritiden	1.14	1.32	1.37***	1.67***	1.32***	1.42**
Medlem i idrottsförening						
Nej	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Ja	1.01	0.82	0.89	0.89	1.06	0.75
Träning/motion (egen skattning)	0.87+	0.94	0.96	0.84**	0.88**	0.83**
Antal riktiga kompisar	0.96	0.97	0.92*	0.90+	0.89**	1.02
Förtroende för kompis						
Nej	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Ja	1.15	0.68	1.22	1.06	0.93	1.09

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001.

Det mest framträdande är sambandet med hur man trivs med sin fritidssituation. Högstadie- och gymnasieelever som tycker att de är för magra är mindre nöjda med sin fritidssituation. När det gäller andelen som är med i idrottsförening finns inga skillnader, däremot finns vissa indikationer på att de som tycker de är för magra tränar/motionerar mindre enligt egen bedömning. Klara skillnader framträder i detta fall bland högstadieflickor och gymnasieelever. Det finns indikationer på att högstadie- och gymnasieflickor som tycker att de är för magra har något färre riktiga kompisar, däremot inga tecken att färre skulle ha förtroende för kamrater.

Frågan är då hur det ser ut för de som tycker de är för tjocka.

Tabell 12. *Upplever sig för tjock. Jämförelse med de som är nöjda. Samband med social bakgrund och fritidssituation efter kontroll för undersökningsort och undersökningsår. Resultat från logistisk regressionsanalys – oddskvoter med signifikansnivåer efter stadium och kön.*

Variabel	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
N=	1544	1486	2950	3268	2241	2512
Pseudo R ² (Nagelkirke)	4.2	8.7	3.5	7.9	4.4	3.4
Familjesituation (bor med)	+			***	+	
Båda föräldrar	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Ensam mamma	0.78	1.80+	1.21	1.79***	1.18	1.07
Ensam pappa	4.20*	1.14	1.21	1.32	1.51	1.22
Växelvis	1.52*	1.57*	1.17	1.36*	1.43*	1.18
Mamma o annan vuxen	0.58	0.95	1.25	1.55*	1.86*	1.22
Pappa o annan vuxen	>100	>100	1.27	1.38	1.16	1.27
Ensam					0.59	0.95
Förtroende för föräldrar	**	***		***		**
Nej	1.78	2.29	1.06	1.99	1.10	1.37
Ja	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Familjens resurser						
Mycket stora	1.10	0.72	0.99	0.91	0.73+	0.89
Stora	0.84	1.01	0.96	1.04	0.84	1.08
Medel	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Små	1.25	0.65	1.10	0.81	0.77	0.99
Mycket små	1.71	0.55	1.09	0.71	0.68	1.17
Invandraranknytning			*	+		**
Svenskt ursprung	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Svag	0.97	0.88	1.12	0.91	1.06	0.93
Andra gen. invandrare	1.25	1.01	1.41*	0.86	1.14	0.71*
Först gen. invandrare	0.72	0.60	0.84	0.63*	0.67	0.46***
Trivsel med fritiden	1.95***	1.89***	1.28**	1.67***	1.48***	1.67***
Medlem i idrottsförening	**		**			
Nej	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Ja	0.66	0.86	0.75	0.92	1.00	1.06
Träning/motion (egen skattning)	1.00	1.12+	0.90**	0.99	0.84***	1.03
Antal riktiga kompisar	0.86**	0.97	0.96	0.91**	0.97	0.95
Förtroende för kompis						
Nej	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Ja	1.34	0.71	1.28	1.06	1.12	0.82

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001.

Hur man trivs med sin fritidssituation får här ett ännu tydligare genomslag med tydliga signifikanta samband i samtliga fall. Barn/ungdomar som tycker de är för tjocka är genomgående mindre nöjda med sin fritidssituation. Ser man till fysisk aktivitet finns också fler indikationer på att de som grupp är mindre fysiskt aktiva. Det är mindre vanligt att mellan- och högstadiepojkar i denna grupp är med i idrottsförening och både högstadie- och gymnasiepojkar uppger lägre fysisk aktivitet när de själva skattar den. Resultaten pekar alltså mot att pojkar som tycker de är för tjocka är fysiskt aktiva i mindre utsträckning. Bland flickor tycks det däremot inte finnas någon koppling till fysisk aktivitet.

Liksom när det gäller de som tycker de är för magra finns inga tecken på att man i mindre utsträckning skulle ha förtroende för kompis eller kompisar, däremot finns också här vissa

indikationer på att man skulle ha något färre riktiga kompisar bland mellanstadiepojkar och högstadieflickor.

Matvanor

Det är självklart så att upplevelse av kroppsvikten naturligt kopplas samman med matvanor. I enkäterna finns frågor kring matvanor som eleverna fått besvara, men med något olika utformning. En av dessa tar upp frågan kring hur ofta man hoppar över frukost, lunch eller middag, med svarsalternativen Varje dag eller nästan varje dag, Flera gånger i veckan, En gång i veckan, Mer sällan än en gång i veckan. Ett annat perspektiv som tas upp är frågan om hur ofta man äter nyttig och onyttig mat. När det gäller detta har frågorna olika utformning i enkäterna både när det gäller svarsalternativ och vad det är för form av mat som tas upp. I de flesta fall har frågan allmänt formulerats som hur ofta brukar du äta eller dricka men i ett fall används formuleringen *Hur många gånger i veckan äter eller dricker du vanligtvis?* När det gäller svarsalternativ förekommer tre varianter:

1. Högst 1 gång/vecka, Några ggr/vecka, 1 gång/dag, 2-3 ggr/dag, 4-5 ggr/dag, 6ggr/dag eller mer.
2. Varje dag, Flera gånger i veckan, En gång i veckan; Mer sällan eller aldrig.
3. Aldrig, En gång i veckan, 2-4 gånger i veckan, 5-6 gånger i veckan, En gång varje dag, Mer än 1 gång/dag.

Vilka typer av mat/dryck som behandlas i frågorna varierar men ser man till hela materialet finns följande varianter med: Snabbmat, Coca Cola eller annan läsk, Sportdryck/energidryck, Kaffe (cappuccino/macchiato/latte), Godis/choklad/sötsaker, Bullar/bakelser, Chips/snacks/liknande, Grönsaker, Frukt, Kakor. De alternativ som förekommer i de flesta enkäterna är Coca Cola eller annan läsk, Godis/choklad/sötsaker, Chips/snacks/liknande, Grönsaker samt Frukt.

Sambanden mellan upplevelse av kroppsvikt och matvanor presenteras i bilaga 5 (tabellerna B.5.4 och B.5.5 i bilaga 5) medan en mer sammanfattande och översiktlig bild presenteras och diskuteras i detta avsnitt. Om vi börjar med att se till frågan kring hur ofta man hoppar över frukost, lunch eller middag måste noteras att denna fråga inte ingår i några enkäter på mellanstadiet. Rent allmänt kan man observera att det är vanligast att de som tycker att de är för tjocka i högst utsträckning hoppa över måltider. I alla grupper är det vanligare bland dem än bland de som är nöjda med sin kroppsvikt att man hoppat över såväl frukost, lunch och middag. Här framträder alltså ett mycket tydligt mönster av att upplevelse av att vara för fet gör att man söker hoppa över måltider. Sedan går det givetvis inte att avgöra om man kompenserar det på andra sätt. Men även de som tycker de är för magra hoppar i större utsträckning över måltider än de som är nöjda med sin kroppsvikt. Detta gäller för frukost i

alla de fyra grupperna, för lunch bland högstadie- och gymnasieflickor, för middag bland högstadiepojkar och gymnasieflickor men man bör dock notera att skillnaden gentemot de som är nöjda i de flesta fall är mindre än bland dem som tycker de är för tjocka.

Nästa fråga handlar om hur vanligt det är att man äter olika typer av nyttig och onyttig mat. I tabellen nedan ges en sammanställning av hur det ser ut för de som tycker de är för magra i jämförelse med de som är nöjda med sin kroppsvikt.

Tabell 13. Matvanor bland de som tycker de är för magra i jämförelse med de som är nöjda med sin kroppsvikt.

Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
<i>Vanligare att de som tycker de är för magra ofta äter/dricker</i>					
Snabbmat	Snabbmat	Snabbmat	Snabbmat	Snabbmat	Snabbmat
Läsk	Läsk	Läsk	Läsk	Läsk	Läsk
Sportdryck		Sportdryck	Sportdryck	Sportdryck	Sportdryck
Godis	Godis	Godis	Godis	Godis	Godis
Bullar			Bullar		Bullar
	Chips	Chips	Chips		Chips
<i>Mindre vanligare att de som tycker de är för magra ofta äter/dricker</i>					
		Kaffe		Kaffe	Kaffe
				Grönsaker	Grönsaker
				Frukt	Frukt

Sammanställningen i tabellen ovan visar tydligt att gruppen som tycker de är för magra har sämre matvanor än de som är nöjda med sin kroppsvikt. Man kan fråga sig om det handlar om att de tycker att de inte behöver vara så restriktiva men kombinerar man detta med att fler bland dem uppger att de hoppat över måltider kan man också tänka sig att deras matvanor är en orsak till att de (inte bara upplevelsemässigt utan också reellt) är magra. Frågan är då hur matvanorna ser ut bland dem som tycker de är för tjocka.

Tabell 14. Matvanor bland de som tycker de är för tjocka i jämförelse med de som är nöjda med sin kroppsvikt.

Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
<i>Vanligare att de som tycker de är för magra ofta äter/dricker</i>					
Sportdryck		Läsk	Snabbmat		
Frukt		Kaffe Bullar	Kaffe Kakor		Bullar
<i>Mindre vanligare att de som tycker de är för magra ofta äter/dricker</i>					
Godis Bullar Grönsaker				Kaffe	Kaffe Frukt

Bilden är här mer splittrad. Även om vi finner en del indikationer på att de som tycker de är för tjocka oftare äter onyttig mat och mindre ofta grönsaker och frukt tycks detta knappast gälla lika systematiskt som bland de som tycker de är för magra. Man får alltså ett intryck av att gruppen på olika sätt anpassat sina matvanor till upplevelsen. Givetvis går det inte att avgöra om man friserat svaren, att verkligheten är mer problematisk.

Hälsa och livskvalitet

Redan i inledningen av resultatpresentationen konstaterades att det finns mycket klara samband mellan upplevd vikt och hälsa/livskvalitet. En jämförelse mellan de tre grupper som studerats förändrar inte denna bild (se tabell B.5.6 i bilaga 5). Resultaten visar att de som tycker de är för tjocka skiljer ut sig mest. Med få undantag är det bland dessa vi finner högst förekomst av besvär, lägst självskattad hälsa och lägst livskvalitet. Men även de som tycker de är för magra redovisar signifikant sämre värden än de som är nöjda också nästan genomgående även om skillnaderna här är mindre. Det är alltså uppenbart att både de som tycker de är för tjocka liksom de som tycker de är för magra tycker sig ha sämre hälsa och livskvalitet. Generellt tycks alla former av besvär vara mer förekommande med högst förekomst bland dem som tycker de är för tjocka men också högre förekomst bland dem som tycker de är för magra än bland dem som är nöjda med kroppsvikten eller inte bryr sig om den. Detta stämmer med vad man känner till – psykiska besvär kan uttryckas på en rad olika sätt (se tabell B.5.7 i bilaga 5).

I en av undersökningarna – den som genomfördes på högstadiet och gymnasiet i Jönköping – ingår även en fråga som kan sägas ge ett mått på självkänsla. Frågan lyder *Vilken inställning har du till dig själv?* Skala från 1 (mycket dåligt) till 10 (mycket bra). Svaren på denna fråga pekar mot att högstadieelever och gymnasie-pojkar som tycker att de är för tjocka redovisar klart lägre värden än

övriga (se tabell B.5.6 i bilaga 5). Man kan också notera att gymnasieflickorna som tycker de är för tjocka tillsammans med de som tycker de är för magra skattar sin självkänsla lägre än de som är nöjda. Vid sidan av detta kan man markera att högstadie-pojkar som tycker de är för magra skattar sin självkänsla lägre än de som är nöjda även om de skattar den klart högre än de som tycker de är för tjocka i samma grupp.

I några av studierna har ungdomarna på högstadiet och gymnasiet även fått göra en skattning av sin fysiska respektive psykiska hälsa. En analys av dessa frågor visar att högstadieelever som tycker de är för tjocka skattar såväl den fysiska som den psykiska hälsan lägre. Bland gymnasieflickorna gäller detta även den psykiska hälsan och här skattar både de som tycker sig vara för magra och de som tycker sig vara för tjocka sin fysiska hälsa lägre än vad de som är nöjda gör.

En fråga man kan ställa sig är i vilken utsträckning dessa olikheter mer direkt kan kopplas till upplevd kroppsvikt. Det skulle ju kunna vara så att social bakgrund är en bakomliggande faktor som påverkar både hur man ser på sin kroppsvikt och upplever sin hälsa/livskvalitet. Nu finns relativt lite stöd för ett sådant antagande med tanke på att social bakgrund tycks spela en mer begränsad roll för frågan om man tycker sig vara för mager eller för fet men självklart behöver detta undersökas närmare. Liksom tidigare görs det med logistisk regression där sambanden med måtten på hälsa/livskvalitet studeras efter kontroll för barnens/ ungdomarnas sociala bakgrund. Jag börjar med att se på hur det ser ut för de som tycker de är för magra.

Tabell 15. *Upplever sig för mager. Jämförelse med de som är nöjda. Samband med social bakgrund och hälsa/livskvalitet efter kontroll för undersökningsort och undersökningsår. Resultat från logistisk regressionsanalys – oddskvoter med signifikansnivåer efter stadium och kön.*

Variabel	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
N=	1379	1235	3097	2411	2442	1692
Pseudo R ² (Nagelkirke)	4.5	5.9	4.8	8.0	7.2	6.0
Familjesituation (bor med)				**		
Båda föräldrar	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Ensam mamma	0.41	0.50	0.97	1.07	1.08	0.68
Ensam pappa	0.00	0.00	0.32	3.05**	1.68*	0.51
Växelvis	0.84	1.16	0.90	0.97	1.27	1.24
Mamma o annan vuxen	1.63	0.00	0.93	0.44+	0.84	1.27
Pappa o annan vuxen	1.77	10.2	1.28	1.57	1.01	0.93
Ensam					0.52	0.70
Förtroende för föräldrar						
Nej	+		+			
Ja	1.60	1.44	0.78	0.93	0.81	1.27
	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Familjens resurser	**				*	
Mycket stora	2.05**	0.54	0.99	1.08	1.07	1.11
Stora	0.90	0.92	1.11	1.07	0.86	0.80
Medel	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Små	1.39	0.74	1.28	0.84	0.93	1.38
Mycket små	3.19*	0.81	1.30	1.16	0.22**	2.12+
Invandraranknytning		+				
Svenskt ursprung	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Svag	0.82	1.49	0.99	0.87	1.03	1.01
Andra gen. invandrare	1.11	1.28	0.98	0.97	0.67*	1.15
Först gen. invandrare	0.64	3.00**	0.98	1.04	0.74	0.85
Besvär (psykiska)	0.87	0.67**	0.76***	0.80*	0.76***	1.32*
Självskattad hälsa	1.24	1.22	1.37***	1.42***	1.42***	1.49**
Livskvalitet	0.91	0.99	0.91**	0.85***	0.92**	0.89*

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001.

Även med kontroll för social bakgrund framträder tydliga samband med hälsa och livskvalitet. I samtliga grupper kan konstateras att de som tycker sig vara för magra har högre förekomst av (främst psykiska) besvär. På mellanstadiet tycks de inte avvika när det gäller självskattad hälsa och (upplevd) livskvalitet men på de båda övriga stadierna framträder tydligt att de både skattar sin hälsa och sin livskvalitet lägre.

Hur ser det då ut när det gäller de som tycker de är för tjocka?

Tabell 16. *Upplever sig för tjock. Jämförelse med de som är nöjda. Samband med social bakgrund och hälsa/livskvalitet efter kontroll för undersökningsort och undersökningsår. Resultat från logistisk regressionsanalys – oddskvoter med signifikansnivåer efter stadium och kön.*

Variabel	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
N=	1518	1460	3290	3629	2432	2760
Pseudo R ² (Nagelkirke)	18.3	20.6	15.7	21.2	16.7	12.9
Familjesituation (bor med)						
Båda föräldrar	1.00	1.00	1.00	+	1.00	1.00
Ensam mamma	0.82	1.92*	1.16	1.49**	1.09	1.02
Ensam pappa	3.86*	1.14	0.97	1.15	1.15	1.06
Växelvis	1.32	1.34	1.01	1.18	1.39*	1.07
Mamma o annan vuxen	0.86	0.64	1.15	1.16	1.87*	0.95
Pappa o annan vuxen	>100	7.05+	1.37	1.11	1.00	1.15
Ensam					0.55	0.94
Förtroende för föräldrar						
Nej	+		+	***		
Ja	1.53	1.43	0.81	1.45	1.00	1.14
	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Familjens resurser		+				
Mycket stora	1.10	0.78	0.93	1.06	0.73+	0.92
Stora	0.89	1.09	0.88	0.99	0.85	1.11
Medel	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Små	1.24	0.58*	1.06	0.83	0.77	0.90
Mycket små	1.58	0.54	1.06	0.62+	0.55	0.91
Invandraranknytning			+			**
Svenskt ursprung	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Svag	1.03	0.97	1.05	0.84	1.06	0.93
Andra gen. invandrare	1.24	1.36	1.46**	0.90	1.15	0.63**
Först gen. invandrare	0.91	1.06	1.12	0.76	0.61*	0.64*
Besvär (psykiska)	0.56***	0.58***	0.73***	0.64***	0.82*	0.76***
Självskattad hälsa	2.39***	2.73***	2.09***	1.88***	2.22***	1.68***
Livskvalitet	1.02	0.93	0.91**	0.86***	0.98	0.92**

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001.

Bilden är mycket entydig. Även då man kontrollerat för social bakgrund i olika avseenden (t.ex. familjeförhållanden) kan man konstatera att de som tycker att de är för tjocka redovisar högre förekomst av besvär och skattar sin hälsa och livskvalitet lägre med ett undantag. Mellanstadieelever som tycker de är för tjocka skattar inte sin livskvalitet lägre.

Sammanfattning och slutdiskussion

Barns/ungdomars vikt är något som diskuterats under en längre tid. En del av denna diskussion handlar om förekomst av övervikt och fetma och faror av framtida hälsorisker som en följd av detta. Här handlar det om hur vanligt detta är och hur man på olika sätt kan förebygga detta. Uppmärksammandet av att många barn/ungdomar är överviktiga, ja t o m feta, har inneburit satsningar på fysisk aktivitet och förbättrade matvanor. Samtidigt finns en diskussion som utgår från hur barn/ungdomar uppfattar sin vikt. Enligt det västerländska kroppsidealet – som fått en bred spridning även globalt – skall man vara smärt och smal. Detta har lett till att många – speciellt bland flickorna – upplever att de är för tjocka. Detta kan gälla oberoende av om man rent medicinskt sett är överviktig eller fet. Ja, ibland kan det även vara så att underviktiga upplever att de är för tjocka. Alla dessa tankar, föreställningar kan leda till ätstörningar i olika former samt till olika former av medicinska besvär men inte minst kombineras med en rad psykiska besvär.

Denna rapport behandlar det andra av dessa båda perspektiv och utgår från barns/ungdomars svar på frågan *Tycker du att du är?* med svarsalternativen: För mager, Lite för mager; Ganska lagom, Lite för tjock, För Tjock och Jag tänker inte på det. Denna fråga ingår i ett antal enkäter – insamlade i projektet *Ung livsstil* där elever på mellan- och högstadiet samt på gymnasiet besvarat en enkät i skolan²². Sammantaget innefattar analyserna mer än 21 000 elever som besvarat sådana enkäter. Urvalet kommer främst från två geografiska områden, nämligen Jönköping och Stockholmsregionen, men ser man till hur olika bakgrundsfaktorer kan kopplas till hur man svarat på frågan har bedömningen gjorts att resultaten i dessa avseenden torde ge en relevant bild av hur det ser ut bland svenska skolbarn. Jämförelse med nationella studier (med slumpmässiga urval) tyder också på att svarsfördelningen inte skiljer sig mera markant. Det externa bortfallet i våra studier uppgår till cirka 10 % på mellanstadiet, 15 % på högstadiet och 20 % på gymnasiet. Det interna bortfallet på själva frågan är kring sex procent eller lägre. Notabelt är att detta är speciellt lågt bland gymnasieflickor, endast tre procent. I de analyser som genomförts har svaren på frågan sammanförts i tre grupper²³, nämligen

²² Ung livsstil är ett projekt som bedrivits i samarbete mellan Stockholms stads idrottförvaltning och institutionen för socialt arbete vid Stockholms universitet tillsammans med berörda kommuner sedan 1984. I början var syftet främst att studera barns/ungdomars preferenser för och nyttjande av olika fritidsaktiviteter. Sedan början på 2000-talet har perspektivet vidgats till att mer allmänt studera barns och ungdomars livsvillkor. För närmare detaljer kring genomförandet se avsnittet Material och metod.

²³ Ser man till fördelningen av svaren ser man att de som valt de extrema värdena är en minoritet både bland dem som tycker sig vara för magra och de som tycker sig vara för tjocka. Totalt sett handlar det i de flesta fall endast om enstaka procent som valt dessa extremare svar. Undantagen är flickor på högstadiet och gymnasiet där nio procent valt alternativet 'för tjock'.

1. De som svarat 'Ganska lagom' eller 'Jag bryr mig inte' som får utgöra en jämförelsegrupp.
2. De som tycker de är för magra eller lite för magra
3. De som svarat att de är för tjocka eller lite för tjocka.

Med utgångspunkt från att inte endast hur många som upplever att de avviker från vad som kan bedömas som normalt liksom faktorer som inverkar på detta kan skilja sig beroende på både kön och ålder görs också analyserna separat efter kön och skolstadium.

Syftet med rapporten har varit att studera och analysera hur barn/ungdomar på mellan- och högstadiet samt gymnasiet ser på sin kroppsvikt utifrån följande problem-/frågeställningar:

1. Hur vanligt är det att man anger att man är för mager/för tjock utifrån kön och ålder. De upprepade undersökningar som gjorts i Jönköping under perioden 2003-2015 gör det också möjligt att studera hur andelarna som upplever sig vara för magra respektive för tjocka förändrats under den senaste 10-årsperioden.
2. I vilken utsträckning kopplas upplevelse av att vara för tjock alternativt för mager till barnens/ungdomarnas sociodemografiska och socioekonomiska bakgrund – alltså vid sidan av kön och ålder även till familjeförhållanden, familjens resurser och grad av invandraranknytning.
3. I vilken utsträckning kan uppfattningen om att vara för mager/för tjock kopplas till skol- och fritidssituation?
4. Vilka samband framträder med (egenredovisade) matvanor?
5. Vad finns det för koppling till hälsa – förekomst av (främst psykiska) besvär samt självskattad hälsa – och livskvalitet?

Liksom i andra studier framträder tydliga könsskillnader på alla de tre skolstadierna²⁴. Det är vanligare att pojkar tycker de är för magra och vanligare att flickor tycker de är för tjocka. Sambanden med kön varierar dock klart med ålder. Ser man till andelen som tycker de är för magra skiljer sig denna obetydligt bland flickor (knappt tio procent) medan den bland pojkar kontinuerligt ökar från 10 % på mellanstadiet till 20 % på gymnasiet. När det gäller andelen som tycker de är för tjocka är bilden den motsatta – bland pojkar är andelen ungefär 20 % på alla de tre stadierna, bland flickor ökar denna markant från mellanstadiet (strax över 20 %) till högstadiet/gymnasiet, där

²⁴ För att inte belasta sammanfattningen med alltför många detaljer har jag valt att i detta fall ange detaljerade referenser. Den som är intresserad av att mer i detalj knyta an till tidigare forskning hänvisas till detta avsnitt i rapporten.

omkring 40 % tycker de är tjocka. Andelen som är nöjda med sin kropp sjunker uppenbart vid övergången till högstadiet. På mellanstadiet tycks omkring 70 % - både bland pojkar och bland flickor - vara nöjda med sin kropp. I högstadiet och gymnasiet har denna andel minskat till 60 % bland pojkar och till hälften bland flickor. Analys av hur svaren ser ut under mer än en tioårsperiod (från 2003 till 2015) i Jönköping liksom jämförelser med resultat från andra studier tyder på att det skett små förändringar, i varje fall från början av 2000-talet.

Den fortsatta och fördjupade analysen inriktas mot att studera två grupper - de som tycker de är för magra respektive de som tycker de är för tjocka - som i bägge fallen jämförs med de som är "nöjda". Med tanke på att kroppsupplevelse liksom livssituation skiljer sig mellan pojkar och flickor och varierar beroende på ålder görs alla analyser separat efter kön och skolstadium.

Om man börjar med att se till kopplingar mellan kroppsuppfattning och social bakgrund kan konstateras att sambanden med familjens resurser och grad av invandraranknytning genomgående är svaga. Detta stämmer väl med vad som sagts inom tidigare forskning där man t.ex. hävdar att sämre kroppsuppfattning inte är speciellt kopplad till socioekonomisk bakgrund - oberoende av denna internaliserar barn/ungdomar den bild som sprids i massmedia. Att det inte framträder några mer direkta samband med grad av invandraranknytning stämmer också med den bild som framhålls av tidigare forskare, nämligen att det västerländska idealet med en smal kropp har fått en bred spridning i det svenska samhället. Även om några forskare visat på att det kan finnas vissa kulturella grupper som har andra kroppsideal - och kanske tar avstånd från det västerländska idealet - så är denna antagligen så liten att detta knappast slår igenom i de statistiska analyserna. Det som slår igenom är familjeförhållanden, där sambanden genomgående är starkare när det gäller att tycka sig vara för tjock än när det gäller att vara för mager. Mest tydligt är sambandet med förtroende för föräldrar - när det gäller att vara för tjock i alla grupper utom bland högstadiepojkar. Sambandet går i riktningen att de som inte uppgett att de har förtroende i högre utsträckning tycker att de är för tjocka. Sambanden pekar mot att det är de som har svagare relationer med föräldrar - vilket skulle kunna understödjas av att andelen som tycker de är för tjocka i de flesta fall är låga då man bor med bägge föräldrar - är mer benägna att tycka att de är för tjocka. Men man skall inte glömma bort att de som bor med en ensamstående mor i vissa fall skiljer ut sig genom en högre andel som tycker de är tjocka. Resultaten pekar alltså delvis, även om högre frekvens som tycker att de är tjocka bland de som bor med en ensamstående mor skulle kunna ses som ett visst stöd, i motsatt riktning mot den Holmqvist Gattario (2013) tar upp. Hon för fram retningar från familjen och uppmuntran till bantning speciellt från modern som ett skäl till att man tycker sig vara för tjock. Kanske är det så att

bra kontakter med föräldrar kan vara en positiv faktor som gör att man i högre utsträckning är nöjd med sin kropp.

Att det finns en klar koppling mellan kroppsuppfattning och skolsituation framträder tydligt när man ser hur de som tycker de är för tjocka beskriver sin skolsituation. Genomgående beskriver dessa en högre förekomst av negativa element i skolklimatet – t.ex. mobbning, förekomst av grova ord/svordomar/könsord, användning av nedsättande/ kränkande uttryck. Rimligen kan detta tolkas så att dessa upplever att de blir retade, mobbade just för sitt utseende även om detta inte kan avgöras utifrån enkätens frågor. Det är också vanligt att de trivs sämre i skolan. När det gäller mer positiva element – positiv stämning, god sammanhållning – skiljer de inte ut sig men notabelt är att flickor i denna grupp ger en mer positiv bild av stöd/stimulans. Däremot framträder inga samband med förtroende för lärare eller skolsköterska. Ser man till gruppen som anger att de är för magra framträder ett mer dubbelt perspektiv. I vissa fall – bland högstadieelever och gymnasiepojkar – tar man också upp högre förekomst av negativa element i skolklimatet, i andra fall ger man en mindre positiv bild av de positiva elementen. Kopplingarna till stöd/stimulans samt förtroende för lärare och skolsköterska är genomgående svaga i detta fall. Även här kan man tänka sig att även bakom detta döljer sig reaktioner från skol- och klasskamrater som kan handla om mobbing, retningar men det skulle också kunna handla om att man känner sig utesluten eller utanför. En uppenbar skillnad mellan de två grupperna är dock tveklöst att de som tycker att de är för tjocka ger en tydligt mer negativ bild av sin skolsituation.

Det mest framträdande då man ser till barnens/ungdomarnas beskrivning av sin fritidssituation är att de som tycker de är för tjocka och i stor utsträckning även de som tycker att de är för magra trivs sämre med sin fritidssituation än de som är nöjda. Här måste man givetvis fråga sig om kroppsuppfattningen innebär att man inte tycker sig ha samma möjligheter att göra det man vill, kanske därför att man är för att bli retad eller eventuellt utesluten. Ser man till fysisk aktivitet – främst utifrån egen bedömning – finns tydliga indikationer på att både de som tycker de är för magra och de som tycker de är för feta är mindre fysiskt aktiva. Observerbart är att pojkar på mellan- och högstadiet som tycker att de är för tjocka i mindre utsträckning är med i idrottsförening, de enda fall där det framträder några samband när det gäller just detta. Att vara för tjock tycks alltså bland pojkar innebära ett lägre deltagande i idrottsförening, men här skall man ha i åtanke att det knappast handlar om dramatiska skillnader.

Barnens/ungdomarnas matvanor studeras med två typer av frågor, dels hur ofta man hoppar över olika måltider, dels hur ofta man äter (främst olika onyttiga) saker. Om vi börjar med att se till hur

ofta man hoppar över olika måltider (en fråga som endast finns med på högstadiet och gymnasiet) blir bilden att andelen som hoppat över måltider är högst bland de som tycker de är för tjocka. Andelen är lägre bland de som tycker att de är för magra men fortfarande högre än bland de som är nöjda med sin vikt. Man måste fråga sig om det här handlar om medvetna handlingar (kanske då främst bland de som tycker de är för tjocka) eller om det handlar om att man inte tycker om maten.

När vi går över till hur många som uppger att de ofta äter onyttig mat ändras bilden. Här är det de som tycker att de är för magra som skiljer ut sig. En betydligt större andel bland dessa äter ofta snabbmat, godis och dricker läsk. Bland flickor gäller det även för bullar och chips. På gymnasiet är det mindre vanligt att de äter frukt och grönsaker.

Bilden blir klart annorlunda för de som tycker de är för tjocka, som skiljer sig obetydligt från de som är nöjda med sin kropp, ja i något fall t.o.m. ligger lägre. Här får man ett intryck av en återhållsamhet när det gäller onyttig mat. Sedan kan man självklart fundera kring varför de inte är mer återhållsamma med tanke på att de tycker de är för tjocka.

Redan i inledningen till denna sammanfattning konstaterades att det finns en klar koppling till upplevd hälsa och livskvalitet. De som tycker de är för tjocka redovisar högst frekvens av besvär och lägst hälsa och livskvalitet, men situationen är även sämre bland dem som tycker de är för magra än bland dem som är nöjda med sin vikt. Som redan påpekats behöver man också uppmärksamma situationen för de som tycker de är för magra. En utvidgning av detta är att se till vilken typ av besvär som man redovisar högre förekomst av. Bilden blir likartad för nästan alla typer av (psykiska) besvär vilket stämmer väl med tanken att psykiska besvär och symptom kan uttryckas på olika sätt. Som sagt är mönstret i de flesta fall likartat – högst frekvens bland de som tycker de är för tjocka, näst högst bland dem som tycker de är för magra och lägst bland de som är nöjda med sin vikt. Tydligast framträder detta mönster när det gäller ont i huvudet, att man är irriterad, ont i magen, känna sig stressad, ha svårt att sova och att känna sig jättetrött. Det finns dock några avvikelser från detta mönster som är värda att uppmärksamma. De som tycker de är för tjocka skiljer speciellt ut sig från de övriga när det gäller att ha ont i axlar, nacke eller rygg. De som tycker att de är för magra redovisar ovanligt hög frekvens när det gäller förekomst av ångest (finns endast med på högstadiet och gymnasiet) och bland flickor när det gäller oro.

Den här rapporten utgår från barns/ungdomars uppfattningar om sin vikt utifrån en fråga med sex svarsalternativ. En analys av hur de svaren i de sex svarsgrupperna beskriver förekomst av besvär, sin hälsa och sin livskvalitet visar att man oberoende av kön och ålder kan identifiera fyra tydligt avskilda grupper. Sorteras dessa från de som ”mår” bäst till de som ”mår” sämst framträder följande bild:

1. (Bäst). De som svarat ’Ganska lagom’ eller ’Jag bryr mig inte’
2. De som tycker de är lite för magra
3. De som tycker de är för magra eller lite för tjocka.
4. (Sämst). De som svarat att de är ’för tjocka’.

Även om detta visar att upplevelsen av att vara för tjock klart kopplas samman med sämre hälsa och livskvalitet måste man också notera att upplevelsen av att vara för mager inverkar på hälsa/livskvalitet. Forskningens starka koncentration på dem som tycker de är för tjocka behöver till viss del nyanseras – även situationen för de som tycker sig vara för magra behöver uppmärksammas. Och detta gäller både för flickor och för pojkar.

Slutord

Det västerländska kroppsidealet betoning av att man – speciellt flickor – skall vara smal och smärt har i många fall ifrågasatts och diskuterats i massmedia. Ibland tycker man sig där se förändringar i riktning mot att dessa ideal inte längre skulle påverka barn/ungdomar lika mycket, men det finns också de som tycker att dess påverkan fortfarande är stark. Ser vi till resultaten i den här studien – tillsammans med data från andra studier tycks det dock knappast ha skett någon större förändring sedan början av 2000-talet i varje fall. Hur många är det då som kan tänkas påverkas av dessa ideal. Ser man till gymnasieflickor är det 40 % som beskriver sig som för tjocka eller lite för tjocka. Observeras skall dock att färre (knappt 10 %) valt det mest extrema svaret – för tjock.

Ställer man svaren på frågan kring hur man upplever sin vikt mot självskattad hälsa, förekomst av besvär och skattad livskvalitet finns tydliga kopplingar. Både att vara för smal och att vara för tjock kopplas samman med sämre hälsa och livskvalitet. Utifrån detta perspektiv kan de svarande - oberoende av kön och ålder – sorteras i fyra grupper, från de som ”mår bäst” till de som ”mår sämst”. Bäst mår de som är nöjda, sämst de som tycker de är för tjocka (för detaljer se ovan). Ser man till hur många som inte skattar sin hälsa som bra (eller ganska bra) så är det mer än dubbelt så många bland

dem som tycker att de är för magra än bland de som är nöjda²⁵. Bland dem som tycker att de är för tjocka är det mer än tre gånger så många som bland de som är nöjda. Speciellt stor blir skillnaden i detta fall på mellanstadiet där det är cirka sex gånger så många. Detta ger ju en klar bild av att frågan om att vara för tjock eller för mager har betydelse för hur man upplever sin hälsa.

En sak som också måste uppmärksammas om man jämför både med den forskning som presenteras och det som diskuteras i media är faktumet att det finns en del som tycker de är för magra – fler bland pojkar men de finns även bland flickor. Även om dessa inte ger en lika negativ bild av sin hälsa och livskvalitet som de som upplever sig för tjocka ger de trots allt lägre skattningar än de som är nöjda med sin kroppsvikt. Även denna grupp bör kanske uppmärksammas inom forskningen och i den offentliga debatten.

²⁵ Andelen som inte skattar sin hälsa som bra är följande:

Nöjd: Mellanstadiet: P – 4 %, F – 3 %; högstadiet: P – 6 %, F – 8 %; gymnasiet: P -10 %, F 12 %.

För mager: Mellanstadiet: P – 6 %, F – 7 %; högstadiet: P – 14 %, F – 19 %; gymnasiet: P - 20 %, F 29 %.

För tjock: Mellanstadiet: P – 18 %, F – 18 %; högstadiet: P – 23 %, F – 29 %; gymnasiet: P -31 %, F 33 %.

Referenser

Bengs Carita (2000). *Looking good. A study of gendered body ideals among young people.* Umeå: Umeå University, department of Sociology.

Ben-Tovim D I, Walker M K (1991). *The development of the Ben-Tovim WalkerBAQ, a new measure of women's attitudes towards their own bodies.* Psychological Medicine, 21, 775-784.

Blomdahl U (1990). *Folkrörelserna och folket.* Stockholm: Carlssons.

Blomdahl U, Elofsson S (2006). *Hur många motionerar/idrottare för lite och vilka är dom? En studie av den unga befolkningen i Stockholm, Haninge, Helsingborg, Jönköping och Lidingö.* Ung livsstil Nr 7, december 2006. Stockholm, Idrottsförvaltningen, Forskningsenheten, Stockholms universitet: Institutionen för socialt arbete.

Cash T F (Ed.) (2012). *Encyclopedia of body image and human appearance.* London, UK. Academic Press.

Currie C, Molcho M, Boyce W, Holstein B, Torsheim T, Richter M (2008). *Researching health inequalities in adolescents: The development of the Health Behavior in School-Aged children (HBSC) Family Affluence Scale.* Social science & Medicine 66 (2008) 1429-1436.

Danielson, Mia (2003). *Svenska skolbarns hälsovanor 2001/02: grundrapport = Health behaviour in school-aged children: a WHO collaborative study.* Stockholm: Statens folkhälsoinstitut.
<http://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat>

Svenska skolbarns hälsovanor 2001/02 : grundrapport = Health behaviour in school-aged children : a WHO collaborative study / Mia Danielson **Danielson, Mia (2006).** *Svenska skolbarns hälsovanor 2005/06: grundrapport.* Stockholm: Statens folkhälsoinstitut.
<http://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat>

Elofsson S (1998). *Röker och dricker ungdomar i idrottsförening mindre?* Stockholms universitet: Institutionen för socialt arbete.

Elofsson S, Karlsson P (2011). *Föräldrars och andra vuxnas betydelse för alkoholkonsumtionen. En studie av högstadi- och gymnasieelever.* Stockholms stad: Idrottsförvaltningen. Stockholms universitet: Institutionen för socialt arbete.

Erling A, Hwang C P (2004). *Body-esteem in Swedish 10-year-old children.* Perceptual and Motor Skills, 99, 437-444.

Folkar H, Warnstedt L von (2006). *"Jag och min kropp – duger som jag är?" En studie om samband mellan självkänsla och kroppsuppfattning hos ungdomar som går sista året på gymnasiet.* Lunds universitet: institutionen för psykologi.

Folkhälsomyndigheten (2014). *Skolbarns hälsovanor i Sverige 2013/14.* Folkhälsomyndigheten.
www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material

- Frisén A, Holmqvist K. (2010).** *Physical, sociocultural, and behavioral factors associated with body-esteem in 16-year-old Swedish boys and girls.* *Sex Roles*, 63, 373-385.
- Frisén A, Holmqvist K. (2010).** *What characterizes early adolescents with a positive body image? A qualitative investigation of Swedish girls and boys.* *Body Image*, 7, 205-212.
- Frisén A, Anneheden L (2014).** *Changes in 10-year-old children's body esteem: A time-lag study between 2000 and 2010.* *Scandinavian Journal of Psychology* 55, 123-129.
- Frisén A, Holmqvist Gattario K, Lunde C. (2014).** *Projekt perfekt. Om utseendekultur och kroppsuppfattning.* Stockholm: Natur & Kultur.
- Holmqvist Gattario Kristina (2013).** *Body image in adolescence: Through the lenses of culture, gender, and positive psychology.* Göteborg: University of Gothenburg, Department of Psychology. <http://hdl.handle.net/2077/34266>.
- Holmqvist K, Lunde C, Frisé (2010).** *Biological, sociocultural and behavioral factors associated with body dissatisfaction in Swedish 16-year-old boys and girls.* *Sex Roles*, 63, 373-385.
- Holmqvist K, Frisé A. (2012).** *"I bet they aren't that perfect in reality". Appearance ideals from the perspective of adolescents with a positive body image.* *Body Image*, 9, 388-395.
- Larsson B (2008).** *Ungdomarna och idrotten: Tonåringars idrottande i fyra skilda miljöer.* (Avhandling från pedagogiska institutionen, nr 144). Doktorsavhandling, Stockholm: Stockholms universitet, Pedagogiska institutionen.
- Lunde C, Frisé A, Hwang C. P (2007).** *Ten-year-old girls' and boys' body composition and peer victimization experiences: Prospective associations with body satisfaction.* *Body Image* 4, 11-28.
- Marklund U. (1997).** *Skolbarns hälsovanor under ett decennium. Tabellbilaga.* Folkhälsoinstitutet.
- Mendelson B K, Mendelson M J, White D R (2001).** *Body_Esteem Scale for Adolescents and Adults.* *Journal of personality assessment*, 76(1), 90-106.
- Nagelkirke N J D (1991).** *A note on a general definition of the coefficient of determination.* *Biometrika* 78, 3 691-2.
- Eeman J, Harter S. (1986).** *Manual for the Self-perception Profile for College Students.* Denver, CO: University of Denver Press.
- Nilsson P (1998).** *Fritid i skilda världar.* Stockholm: Ungdomsstyrelsen.
- Puhl R M, Peterson J L. (2012).** *Physical appearance and stigma.* In **Cash T F (Ed.)** *Encyclopedia of body image and human appearance* (pp. 588-594). London, UK. Academic Press.
- Rosenberg M. (1979).** *Conceiving the self.* New York: Basic Books.
- Rosenberg M. (1965).** *Society and the Adolescent Self-Image.* Princeton University Press, New Jersey.

Statens folkhälsoinstitut (2011). *Svenska skolbarns hälsovanor 2009/10: grundrapport.* (2011). Östersund: Statens folkhälsoinstitut. <http://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat>

Striegel-Moore R H, McMahon R P, Biro F M, Schreiber G, Crawford P B, Voorhees C. (2001). *Exploring the relationship between timing of menarche and eating disorder symptoms in Black and White adolescent girls.* (pp. 85-108). *International Journal of Eating Disorders*, 30, 421-433.

Weber M (1983) *Ekonomi och samhälle: förståelsesociologins gränser.* Lund: Argos.

Westerberg-Jacobson J, Edlund B, Ghaderi A (2010). *A 5-year longitudinal study of the relationship between the wish to be thinner, lifestyle behaviours and disturbed eating in 9-20-year old girls.* *European Eating Disorders Review*, 18, 207-219. doi:<http://dx.doi.org/10.1002/erv.983>.

Westerberg-Jacobson J, Ghaderi A, Edlund B, (2012). *A longitudinal study of motives for wishing to be thinner and weight-control practices in 7- to 18-year-old Swedish girls.* *European Eating Disorders Review*, 20, 294-302. doi:<http://dx.doi.org/10.1002/erv.1145>.

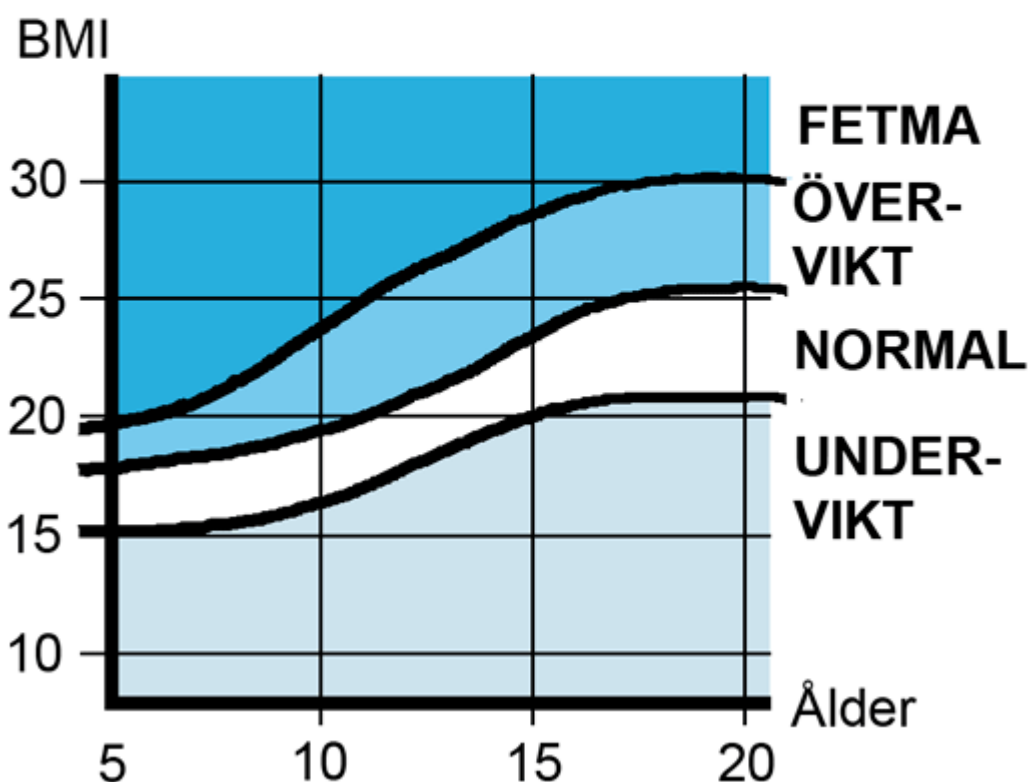
Bilagor

Bilaga 1. Beräkning av fetma och övervikt för barn och ungdomar

Med hjälp av måttet BMI, som står för body mass index, går det att beräkna om barnet har övervikt eller [fetma](#). BMI beräknas hos barn på samma sätt som hos vuxna. Man tar vikten i kilo och dividerar med längden i meter. Talet man då får delar man en gång till med längden i meter.

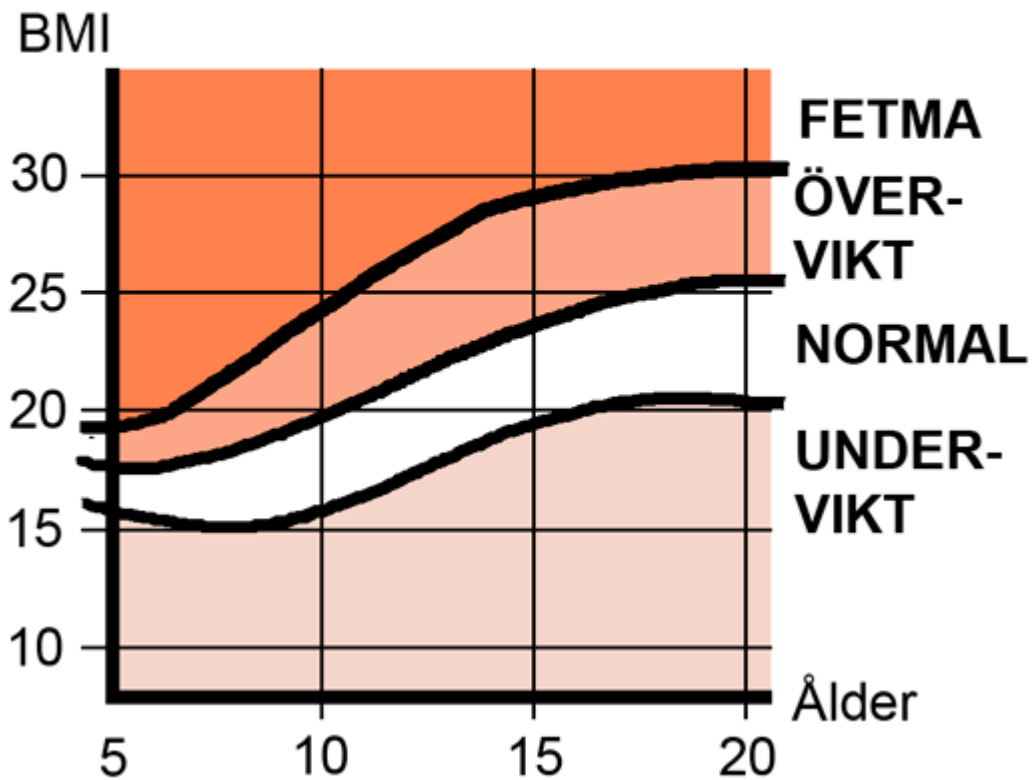
Till skillnad från hos vuxna varierar BMI-talet hos barn med ålder och kön och därför finns det särskilda BMI-tabeller för barn. Hos vuxna är gränsen för övervikt BMI 25 och gränsen för fetma BMI 30. I barntabellerna är gränserna omräknade i förhållande till de vuxnas och kallas därför iso BMI 25 och iso BMI 30.

BMI-kurva för pojkar 5-20 år



© Lotta Persson

BMI-kurva för flickor 5-20 år



© Lotta Persson

<http://www.1177.se/Stockholm/Fakta-och-rad/Sjukdomar/Overvikt-och-fetma-hos-barn/#section-0>

Bilaga 2. Projekt vid Psykologiska institutionen vid Göteborgs universitet

”MoS (Mobbing och Skola) är ett projekt som trots sitt namn har mycket fokus på kroppsuppfattning. Vi har i projektet, som startade år 2000, följt 960 barn och ungdomar från det de var tio år gamla till att de var tjugofyra år gamla (vid tio, tretton, sexton, arton, tjuogoett och tjugofyra års ålder). Projektet har gett oss en unik möjlighet att följa individers kroppsuppfattning under en tid i livet då förändringen från barn till vuxen sker, både kroppsligt, socialt och kognitivt. Att följa individer på detta vis har gett oss möjlighet att svara på frågor som rör till exempel vad det är som påverkar kroppsuppfattningen och vad barns kroppsuppfattning kan ha för konsekvenser för deras senare upplevelser. För att gå in mer på djupet på ungdomars kroppsuppfattning har vi också gjort djupintervjuer med ett mindre urval av deltagarna i MoS. När deltagarna var fjorton år valde vi ut och intervjuade de trettio flickor och pojkar som hade haft mest positiv respektive negativ kroppsuppfattning vid tio och tretton års ålder. På så sätt har vi på djupet kunnat studera vad som kännetecknar ungdomars positiva respektive negativa kroppsuppfattning. Vi har även vid olika åldrar i MoS-projektet gjort tvärkulturella jämförelser mellan MoS-deltagares kroppsuppfattning och kroppsuppfattningen hos individer i andra kulturer. När deltagarna var tretton år undersökte vi huruvida kroppsuppfattningen hos MoS-deltagarna skiljde sig från kroppsuppfattningen hos argentinska flickor och pojkar. När deltagarna var tjuogoett år gjorde vi en tvärkulturell jämförelse mellan de tjuogoettåriga männen i MoS och unga män i Australien, USA och Storbritannien vad gällde kroppsuppfattning och maskulinitet.

PRINT (Psychological Research on the Internet) är ett annat forskningsprojekt som vi utgår från i boken. I fokus för detta projekt finns frågor som handlar om hur medieanvändning, särskilt interanvändning och sociala medier, hänger ihop med människors förhållningssätt till kropp och utseende: Ett viktigt spår i detta projekt är även att undersöka unga människors attityder till skönhetsingrepp. Inom ramen för PRINT har vi samlat in data från olika undersökningsgrupper: gymnasieungdomar, universitetsstudier och ett internetbaserat urval där både ungdomar i tidiga tonåren och vuxna i övre medelåldern finns med i materialet.

TJEJ:ISKT (Tjejers Idrottande, Självbild, Kropp och Träning) är ett idrottspsykologiskt projekt vars syfte har varit att undersöka hur både idrottande och icke-idrottande tjejer ser på frågor som rör hälsa, kropp och utseende. I detta projekt har cirka 800 flickor, i åldrarna sexton till tjuugo år, följts longitudinellt. En del av de idrottande flickorna i projektet har även gett sin syn på utseendekulturen inom idrotten genom att delta i fokusgruppsintervjuer. En grupp i särskilt fokus har varit flickor inom ridsporten. Ridsport är den näst vanligaste idrotten för flickor och kvinnor i Sverige i dag, men trots det finns nästan ingen forskning som belyser hur dessa utövare upplever sin idrott.”

Ann Frisé, Kristina Holmqvist Gattario, Carolina Lunde: Projekt perfekt. Om utseendekultur och kroppsuppfattning, sid 215-216.

Bilaga 3. Uppfattning om vikt. Svartsfördelning i tidigare undersökningar

Tabell B.3.1. Uppfattning om egen vikt. Göteborg, årskurs 5 efter kön.

	Flickor		Pojkar	
	%	n	%	n
Alldeles för mager	2	8	2	8
Lite för mager	8	41	8	34
Ganska lagom	70	358	76	337
Lite för tjock	18	92	13	60
Alldeles för tjock	2	12	1	6

Källa: Erling & Hwang, 2004, tabell 2, sid 441.

Tabell B.3.2. Uppfattning om egen vikt. Skolbarns hälsovanor, 1993/94. Årskurs 5, 7 och 9 efter kön.

	Årskurs 5		Årskurs 7		Årskurs 9	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Alldeles för mager	2	1	2	2	6	2
Lite för mager	7	7	13	8	18	10
Ganska lagom	46	41	36	41	32	29
Lite för tjock	18	27	22	32	20	42
Alldeles för tjock	2	4	3	8	2	12
Jag tänker inte på det	25	19	27	9	22	5

Källa: Marklund, 1997, bilaga, tabell 3.20.

Tabell B.3.3 Uppfattning om egen vikt. Skolbarns hälsovanor, 2001/02. Årskurs 5, 7 och 9 efter kön.

	Årskurs 5		Årskurs 7		Årskurs 9	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Alldeles för mager	1	2	2	1	3	2
Lite för mager	13	10	16	8	21	9
Lagom	69	67	63	54	58	48
Lite för tjock	15	18	17	32	16	37
Alldeles för tjock	1	2	2	4	2	5

Källa: Danielsson (2003), s 44.

Tabell B.3.4. Uppfattning om egen vikt. Skolbarns hälsovanor, 2005/06. Årskurs 5, 7 och 9 efter kön.

	Årskurs 5		Årskurs 7		Årskurs 9	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Alldeles för mager	1	1	2	2	2	2
Lite för mager	13	9	13	9	18	8
Lagom	70	65	62	54	57	42
Lite för tjock	15	22	21	30	20	41
Alldeles för tjock	1	3	2	5	3	7

Källa: Danielsson (2006), s 51

Tabell B.3.5. Uppfattning om egen vikt. Skolbarns hälsovanor, 2009/10. Årskurs 5, 7 och 9 efter kön.

	Årskurs 5		Årskurs 7		Årskurs 9	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Alldeles för mager	1	2	0	1	2	2
Lite för mager	11	9	14	8	17	5
Lagom	73	65	61	50	57	45
Lite för tjock	14	21	23	34	21	41
Alldeles för tjock	1	3	2	6	2	7

Källa: Danielsson (2006), s 51.

Tabell B.3.6. Uppfattning om egen vikt. Skolbarns hälsovanor, 2013/14. Årskurs 5, 7 och 9 efter kön.

	Årskurs 5		Årskurs 7		Årskurs 9	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Alldeles för mager	2.0	1.5	2.5	1.4	2.7	1.1
Lite för mager	12.3	11.3	14.5	9.0	20.0	7.2
Lagom	71.0	64.5	61.0	50.1	54.8	43.9
Lite för tjock	13.3	20.8	19.1	31.1	19.0	40.2
Alldeles för tjock	1.4	1.8	2.8	8.3	3.5	7.5
Jag tänker inte på det #						

Detta svarsalternativ finns inte med i undersökningen.

Källa: Folkhälsomyndigheten, 2014, tabell 2.20, sid 96.

Bilaga 4. Samband mellan uppfattning om vikt och förekomst av besvär, självskattad hälsa samt självskattad livskvalitet

Tabell B.4.1. Förekomst av besvär, självskattad hälsa samt livskvalitet i relation till upplevelse av vikt efter kön och stadium. Medelvärden samt gruppuppdelning efter post-hoc-test (#).

	Mellanstadiet				Högstadiet				Gymnasiet			
	m	P Grupp	m	F Grupp	m	P Grupp	m	F Grupp	m	P Grupp	m	F Grupp
<i>Besvär</i>												
För mager	2.76	2	2.68	3-4	2.72	3	2.41	5	2.66	3	2.39	3
Lite för mager	3.04	1	2.84	2-3	2.98	2	2.69	3	2.87	2	2.54	2
Ganska lagom	3.07	1	2.96	1-2	3.12	1	2.84	2	3.03	1	2.59	1-2
Lite för tjock	2.74	2	2.68	3-4	2.91	2	2.53	4	2.87	2	2.38	3
För tjock	2.62	2	2.54	4	2.53	4	2.25	6	2.51	4	2.12	4
Jag tänker inte på det	3.08	1	3.08	1	3.15	1	2.95	1	3.07	1	2.72	1
<i>Självskattad hälsa</i>												
För mager	1.43	1	1.49	1	1.91	3	2.26	4	2.23	4	2.29	3
Lite för mager	1.39	1	1.44	1	1.59	2	1.72	2	1.76	2	2.05	2
Ganska lagom	1.29	1	1.36	1	1.42	1	1.56	1	1.51	1	1.73	1
Lite för tjock	1.72	2	1.82	2	1.91	3	1.99	3	2.05	3	2.09	2
För tjock	2.35	3	2.14	3	2.41	4	2.44	5	2.85	5	2.63	4
Jag tänker inte på det	1.30	1	1.33	1	1.44	1	1.45	1	1.59	1	1.76	1
<i>Livskvalitet</i>												
För mager	8.23	2	8.11	2	7.60	3	6.78	4	7.51	3	7.02	2
Lite för mager	8.61	1-2	8.47	1-2	8.21	2	7.65	3	7.84	2	7.34	2
Ganska lagom	8.86	1	8.64	1	8.55	1	8.13	2	8.24	1	7.82	1
Lite för tjock	8.48	1-2	8.03	2	8.00	2	7.38	3	7.74	2-3	7.27	2
För tjock	7.38	3	7.16	3	6.96	4	6.34	5	6.80	4	6.32	3
Jag tänker inte på det	8.89	1	8.74	1	8.60	1	8.44	1	8.36	1	7.97	2

Resultaten har genomgående rangordnats så att 1 motsvarar den grupp med bäst situation, 2 den med näst bäst situation, o.s.v.

Bilaga 5. Tabellbilaga

Tabell B.5.1a. Mellanstadiet. *Upplevelse av vikt i relation till social bakgrund. Andel (%) som uppger att de känner sig för magra, är nöjda respektive känner sig för tjocka efter kön.*

Variabel	Pojkar			Flickor		
	För mager	Nöjd	För tjock	För mager	Nöjd	För tjock
Familjesituation (bor med)		**			**	
Båda föräldrar	11	73	17	9	70	21
Ensam mamma	6	71	22	4	63	32
Ensam pappa	#			#		
Växelvis	9	66	11	10	62	28
Mamma o annan vuxen	#			0	78	22
Pappa o annan vuxen	#			#		
Förtroende för föräldrar		+			***	
Nej	13	59	28	12	49	39
Ja	10	73	17	9	70	22
Familjens resurser		**				
Mycket stora	17	68	15	8	73	20
Stora	9	76	15	8	68	23
Medel	10	71	19	9	67	24
Små	11	66	22	10	70	20
Mycket små	16	51	32	9	68	23
Invandraranknytning					*	
Svenskt ursprung	10	72	18	8	68	24
Svag	9	73	19	10	67	23
Andra gen. invandrare	12	66	23	9	70	21
Först gen. invandrare	10	78	18	20	66	15

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001. # För få observationer i gruppen.

Tabell B.5.1b. Högstadiet. *Upplevelse av vikt i relation till social bakgrund. Andel (%) som uppger att de känner sig för magra, är nöjda respektive känner sig för tjocka efter kön.*

Variabel	Pojkar			Flickor		
	För mager	Nöjd	För tjock	För mager	Nöjd	För tjock
Familjesituation (bor med)		+			***	
Båda föräldrar	17	63	20	9	54	37
Ensam mamma	17	56	27	10	43	47
Ensam pappa	10	62	29	20	41	39
Växelvis	16	61	23	9	47	45
Mamma o annan vuxen	18	57	25	5	45	50
Pappa o annan vuxen	21	51	28	14	41	45
Förtroende för föräldrar		***			***	
Nej	17	59	25	9	37	54
Ja	17	63	21	10	54	36
Familjens resurser		*				
Mycket stora	16	66	18	9	51	40
Stora	18	62	20	10	51	39
Medel	15	62	23	9	50	41
Små	18	57	26	8	53	39
Mycket små	18	55	27	14	52	35
Invandraranknytning					*	
Svenskt ursprung	17	62	21	9	50	40
Svag	16	61	22	9	51	39
Andra gen. invandrare	16	57	27	10	53	37
Först gen. invandrare	16	63	21	12	52	36

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001.

Tabell B.5.1c. Gymnasiet. Upplevelse av vikt i relation till social bakgrund. Andel (%) som uppger att de känner sig för mager, är nöjda respektive känner sig för tjocka efter kön.

Variabel	Pojkar			Flickor		
	För mager	Nöjd	För tjock	För mager	Nöjd	För tjock
Familjesituation (bor med)					*	
Båda föräldrar	20	61	19	7	52	41
Ensam mamma	20	58	22	6	48	46
Ensam pappa	25	53	22	4	49	48
Växelvis	23	55	22	8	50	44
Mamma o annan vuxen	18	52	30	7	47	46
Pappa o annan vuxen	20	58	22	9	43	47
Ensam	13	68	20	3	55	42
Förtroende för föräldrar		*			***	
Nej	18	57	25	9	42	49
Ja	20	60	20	6	53	41
Familjens resurser		*			*	
Mycket stora	23	68	15	8	52	49
Stora	20	61	19	5	50	44
Medel	22	57	22	7	51	42
Små	19	60	21	10	50	40
Mycket små	8	70	22	13	46	40
Invandraranknytning		*			**	
Svenskt ursprung	21	60	19	7	50	44
Svag	23	56	22	7	50	44
Andra gen. invandrare	16	60	24	10	55	35
Först gen. invandrare	16	67	17	19	57	33

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001.

Tabell B.5.2a. Mellanstadiet. Upplevelse av skolsituation i relation till upplevelse av kroppsvikt (för mager, nöjda respektive för tjock) efter kön. Andel (%) alternativt medelvärde (#).

Variabel	Pojkar			Flickor		
	För mager	Nöjd	För tjock	För mager	Nöjd	För tjock
Skolklimat – positivt (m)	2.13	*** 2.00	2.12	2.29	*** 2.10	2.25
Skolklimat – negativt (m)	2.79	*** 2.92	2.72	2.50	*** 2.65	2.47
Skolklimat – stöd/stimulans (m)	1.53	** 1.42	1.54	1.94	*** 1.83	2.03
Förtroende för lärare		*				
Ja (%)	70	74	66	66	71	67
Förtroende för skolsköterska						
Ja (%)	45	52	48	53	54	54
Trivsel i skolan		***			***	
Ej bra (%) ##	9	7	16	9	6	12
Motion i skolan		**			+	
N=	83	519	122	53	438	162
Stämmer (%) ##	9	7	16	9	6	12

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001. # En mer positiv situation markeras i dessa fall med grönt, en mer negativ med gult. ##Alternativen stämmer precis eller stämmer ganska bra.

Tabell B.5.2b. Högstadiet. Upplevelse av skolsituation i relation till upplevelse av kroppsvikt (för mager, nöjda respektive för tjock) efter kön. Andel (%) alternativt medelvärde (#).

Variabel	Pojkar			Flickor		
	För mager	Nöjd	För tjock	För mager	Nöjd	För tjock
Skolklimat – positivt (m)	2.15	*** 2.06	2.16	2.16	*** 1.99	2.18
Skolklimat – negativt (m)	2.47	*** 2.58	2.42	2.88	*** 3.04	2.83
Skolklimat – stöd/stimulans (m)	1.94	*** 1.85	1.96	1.45	*** 1.35	1.54
Förtroende för lärare Ja (%)	50	** 49	43	40	*** 41	33
Förtroende för skolköterska Ja (%)	29	28	26	27	** 28	23
Trivsel i skolan Ej bra (%) ##	10	10	16	7	* 3	8
Killar/tjejer behandlas lika N= Stämmer ej (%) ##	200 33	694 27	251 32	132 29	623 15	524 27
Killar får mer stöd än tjejer N= Stämmer (%) ###	337 12	+ 1254 10	478 15	185 15	1116 11	833 18
Tjejer får mer stöd än killar N= Stämmer (%) ###	337 52	* 1262 45	474 52	187 23	* 1123 17	834 21
Motion i skolan N= Stämmer (%) ###	262 14	* 934 20	324 16	160 16	843 15	627 13

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001. # En mer positiv situation markeras i dessa fall med grönt, en mer negativ med gult. ## Alternativen stämmer inte särskilt bra eller stämmer inte alls. ### Alternativen stämmer precis eller stämmer ganska bra.

Tabell B.5.2c. Gymnasiet. Upplevelse av skolsituation i relation till upplevelse av kroppsvikt (för mager, nöjda respektive för tjock) efter kön. Andel (%) alternativt medelvärde (#).

Variabel	Pojkar			Flickor		
	För mager	Nöjd	För tjock	För mager	Nöjd	För tjock
Skolklimat – positivt (m)	1.87	** 1.85	1.93	2.09	*** 1.97	2.03
Skolklimat – negativt (m)	2.65	*** 2.71	2.56	2.76	*** 2.77	2.69
Skolklimat – stöd/stimulans (m)	1.99	* 1.95	2.02	2.06	*** 1.97	2.07
Förtroende för lärare Ja (%)	44	44	46	30	35	35
Förtroende för skolköterska Ja (%)	24	21	23	22	22	20
Trivsel i skolan Ej bra (%) ##	6	** 6	11	10	*** 4	8
Killar/tjejer behandlas lika N=	315	825	282	88	643	583
Stämmer ej (%) ##	14	15	118	11	10	12
Killar får mer stöd än tjejer N=	344	** 1122	445	125	*	914
Stämmer (%) ###	6	9	13	14	7	9
Tjejer får mer stöd än killar N=	343	1121	446	125	** 910	805
Stämmer (%) ###	38	37	42	18	9	10
Motion i skolan N=	336	+ 911	372	120	795	735
Stämmer (%) ###	13	20	17	16	14	13

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001. # En mer positiv situation markeras i dessa fall med grönt, en mer negativ med gult. ## Alternativen stämmer inte särskilt bra eller stämmer inte alls. ### Alternativen stämmer precis eller stämmer ganska bra.

Tabell B.5.3a. Mellanstadiet. Fritidssituation i relation till upplevelse av kroppsvikt (för mager, nöjda respektive för tjock) efter kön. Andel (%) alternativt medelvärde (#).

Variabel	Pojkar			Flickor		
	För mager	Nöjd	För tjock	För mager	Nöjd	För tjock
Trivsel med fritid Ej bra (%) ##	13	*** 12	26	21	*** 14	28
Med i idrottsförening Ja (%)	72	*** 75	64	57	63	60
Motion (egen skattning) N=	181	+ 1263	320	146	1128	385
Mer än 2 ggr i veckan (%)	83	89	87	73	79	79
Riktiga kompisar Inga (%)	0	1	1	1	1	1
Förtroende för kompis Ja (%)	80	* 84	76	87	87	87

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001. # En mer positiv situation markeras i dessa fall med grönt, en mer negativ med gult. ## Alternativen stämmer inte särskilt bra eller stämmer inte alls.

Tabell B.5.3b. Högstadiet. Fritidssituation i relation till upplevelse av kroppsvikt (för mager, nöjda respektive för tjock) efter kön. Andel (%) alternativt medelvärde (#).

Variabel	Pojkar			Flickor		
	För mager	Nöjd	För tjock	För mager	Nöjd	För tjock
Trivsel med fritid Ej bra (%) ##		***			***	
	29	19	28	41	23	38
Med i idrottsförening Ja (%)		***			***	
	56	58	46	43	52	47
Motion (egen skattning) N=	675	2518	883	382	2103	1625
Mer än 2 ggr i veckan (%)	78	82	74	62	74	72
Riktiga kompisar Inga (%)	2	1	3	2	1	2
Förtroende för kompis Ja (%)		*				
	77	79	73	86	88	86

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001. # En mer positiv situation markeras i dessa fall med grönt, en mer negativ med gult. ## Innefattar alla svarsalternativen utom Bra, d.v.s. ganska bra, varken bra eller dåligt, ganska dåligt samt dåligt.

Tabell B.5.3c. Gymnasiet. Fritidssituation i relation till upplevelse av kroppsvikt (för mager, nöjda respektive för tjock) efter kön. Andel (%) alternativt medelvärde (#).

Variabel	Pojkar			Flickor		
	För mager	Nöjd	För tjock	För mager	Nöjd	För tjock
Trivsel med fritid Ej bra (%) ##		***			***	
	37	24	40	39	28	44
Med i idrottsförening Ja (%)		**			***	
	38	43	35	23	35	35
Motion (egen skattning) N=	788	2346	812	256	1887	1560
Mer än 2 ggr i veckan (%)	67	77	66	46	64	66
Riktiga kompisar Inga (%)	2	2	5	0	1	2
Förtroende för kompis Ja (%)					*	
	82	81	78	84	88	89

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001. # En mer positiv situation markeras i dessa fall med grönt, en mer negativ med gult. ## Innefattar alla svarsalternativen utom Bra, d.v.s. ganska bra, varken bra eller dåligt, ganska dåligt samt dåligt.

Tabell B.5.4. Hoppas över frukost, lunch, middag i relation till hur man upplever sin kropp efter stadium och kön. Andel (%) som uppger att de har gjort detta varje dag respektive flera gånger i veckan.

Variabel	Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Varje dag				
Frukost (n)	1323	1341	1610	1490
Signifikansnivå	***	***	**	
För mager	8.0	11.2	12.7	13.8
Nöjd	6.1	8.2	10.9	12.4
För tjock	10.6	13.1	13.1	15.5
Lunch (n)	1326	1339	1603	1486
Signifikansnivå	+	***	*	+
För mager	2.1	2.0	1.4	3.7
Nöjd	3.1	1.9	1.0	0.9
För tjock	3.8	4.3	2.7	1.3
Middag (n)	1308	1339	1601	1484
Signifikansnivå	**	**		**
För mager	2.6	1.3	0.9	1.9
Nöjd	1.0	0.2	1.1	0.8
För tjock	1.5	0.7	1.4	1.0
Flera gånger i veckan				
Frukost (n)	1323	1341	1610	1490
Signifikansnivå	***	***	**	
För mager	24.9	27.6	32.4	31.1
Nöjd	18.2	23.8	30.8	32.1
För tjock	32.5	36.5	43.3	37.3
Lunch (n)	1326	1339	1603	1486
Signifikansnivå	+	***	*	+
För mager	15.3	19.8	7.3	18.5
Nöjd	15.7	15.8	8.7	12.7
För tjock	22.7	25.7	13.0	15.3
Middag (n)	1308	1339	1601	1484
Signifikansnivå	**	**		**
För mager	4.7	3.9	2.9	9.3
Nöjd	3.3	3.4	4.3	5.5
För tjock	6.1	7.7	5.2	9.8

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001.

Tabell B.5.5. Matvanor i relation till hur man upplever sin kropp efter stadium och kön. Andel (%) som uppger att de ofta äter/dricker olika saker.

Variabel	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Snabbmat (n)	387	355	1829	1868	2124	1983
Signifikansnivå	+			**	+	
För mager	12.2	6.3	27.0	27.1	30.5	26.2
Nöjd	3.9	4.2	21.8	17.2	27.8	21.7
För tjock	3.4	1.2	22.6	19.7	23.5	21.5
Läsk (n)	1058	985	3424	3510	3560	3354
Signifikansnivå	**		***	***	**	**
För mager	26.4	14.8	34.7	27.1	41.6	26.6
Nöjd	13.4	8.0	26.4	14.3	33.0	16.7
För tjock	14.4	8.5	30.9	16.2	33.0	16.8
Sportdryck (n)	1078	999	2097	2183	1953	1863
Signifikansnivå	*		+	*		
För mager	8.0	1.2	8.8	7.4	9.5	3.9
Nöjd	5.0	2.7	6.4	3.6	7.2	1.7
För tjock	9.5	2.1	9.3	4.6	7.5	2.3
Kaffe (n)			1007	1059	941	944
Signifikansnivå			+			
För mager			7.1	6.0	26.2	15.1
Nöjd			8.3	6.4	29.1	19.3
För tjock			12.1	9.1	26.1	17.3
Godis (n)	1080	989	3438	3509	3563	3351
Signifikansnivå	**	*	***	***	***	***
För mager	25.0	18.3	34.0	40.9	34.1	38.2
Nöjd	13.2	12.7	24.0	21.8	26.1	25.3
För tjock	13.2	9.7	22.9	22.9	24.9	23.6
Bullar (n)	388	354	503	532	532	504
Signifikansnivå	*			***		**
För mager	36.2	25.8	4.7	14.0	4.2	12.8
Nöjd	18.0	23.2	2.3	1.4	2.4	3.4
För tjock	15.8	15.1	6.2	5.5	2.5	1.7
Chips (n)	1070	994	2102	2176	1953	1873
Signifikansnivå		**	+	***		***
För mager	12.8	14.8	8.4	11.1	4.9	11.7
Nöjd	10.5	7.8	5.3	4.1	4.4	3.7
För tjock	10.1	3.0	6.8	4.7	5.0	2.0
Grönsaker (n)	1082	992	2598	2617	2437	2332
Signifikansnivå				+	***	*
För mager	74.1	78.3	53.5	67.2	51.4	68.0
Nöjd	76.0	81.5	56.2	68.8	58.5	75.3
För tjock	68.0	77.2	52.0	68.9	55.6	76.8
Frukt (n)	1090	998	2621	2622	2441	2334
Signifikansnivå				+	***	*
För mager	70.5	73.2	42.5	46.6	30.3	44.7
Nöjd	63.5	77.1	43.9	55.1	40.0	54.2
För tjock	63.5	76.9	41.8	53.4	31.7	55.8
Kakor (n)	328	290	503	522	407	439
Signifikansnivå				*		***
För mager	8.3	21.1	10.7	6.0	11.0	23.5
Nöjd	6.1	8.2	8.5	7.7	10.5	5.5
För tjock	3.1	8.0	11.7	13.4	11.4	4.9

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001.

Tabell B.5.6. Hälsa och livskvalitet i relation till hur man upplever sin kropp efter stadium och kön. Medelvärden. (#)

Variabel	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
N=						
Självskattad hälsa (n)	1757	1653	4345	4349	3936	3689
Signifikansnivå	***	***	***	***	***	***
För mager	1.40	1.45	1.66	1.87	1.85	2.10
Nöjd	1.30	1.35	1.42	1.55	1.53	1.73
För tjock	1.81	1.87	2.01	2.10	2.18	2.20
Besvär, förekomst (n)	1769	1670	4357	4399	3924	3706
Signifikansnivå	***	***	***	***	***	***
För mager	2.98	2.79	2.93	2.61	2.84	2.51
Nöjd	3.07	3.00	3.13	2.86	3.04	2.61
För tjock	2.72	2.65	2.84	2.46	2.81	2.32
Livskvalitet (n)	1760	1658	4337	4355	3898	3670
Signifikansnivå	***	***	***	***	***	***
För mager	8.54	8.36	8.08	7.42	7.78	7.27
Nöjd	8.87	8.66	8.56	8.18	8.27	7.84
För tjock	8.31	7.87	7.80	7.13	7.58	7.08
Självkänsla (n)			611	594	489	443
Signifikansnivå			***	***	***	***
För mager			8.08	7.44	8.55	6.85
Nöjd			8.54	7.91	8.67	7.83
För tjock			7.50	6.64	7.47	6.65
Självskattad fysisk hälsa (n)			252	215	301	240
Signifikansnivå			***	***	***	***
För mager			1.44	1.86	1.85	2.25
Nöjd			1.41	1.57	1.57	1.64
För tjock			2.10	2.28	2.28	2.04
Självskattad psykisk hälsa (n)			251	217	300	235
Signifikansnivå			*	***	*	*
För mager			1.80	1.74	1.65	1.75
Nöjd			1.57	1.61	1.54	1.74
För tjock			1.93	2.21	1.93	2.07

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001. # I tabellen har sämre situation markerats med gult och bättre med grönt.

Tabell B.5.7. Förekomst av besvär i relation till hur man upplever sin kropp efter stadium och kön. Andel (%) som uppger att de har detta varje dag.

Variabel	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Ont i huvudet (n)	1755	1642	4292	4347	3894	3673
Signifikansnivå	***	***	***	***	**	***
För mager	3.8	13.5	5.4	12.0	4.7	14.9
Nöjd	5.3	6.6	5.0	8.8	4.5	12.2
För tjock	7.6	12.6	9.8	18.1	8.6	17.9
Irriterad eller dåligt humör (n)	1744	1649	3470	3606	3160	2981
Signifikansnivå	***	***	***	***	***	***
För mager	9.9	12.0	9.4	15.3	8.0	19.4
Nöjd	5.8	7.8	7.2	10.2	7.3	12.0
För tjock	12.7	15.8	12.5	20.9	11.3	21.1
Ont i magen (n)	1739	1652	4204	4285	3841	3643
Signifikansnivå	**	***	**	***	**	***
För mager	3.8	5.5	5.8	7.6	3.2	4.9
Nöjd	3.7	3.7	3.1	4.1	3.5	6.6
För tjock	4.2	6.8	6.1	8.3	4.5	9.4
Nedstämd (n)	1073	988	3991	4046	3863	3656
Signifikansnivå	***	***	***	***	***	***
För mager	6.1	6.1	5.4	14.0	6.0	13.9
Nöjd	3.6	3.0	4.3	6.0	5.4	9.2
För tjock	12.5	9.5	9.2	16.8	8.9	19.9
Ont i axlar, nacke, rygg (n)			2922	3088	3112	2892
Signifikansnivå			**	***	**	**
För mager			6.9	10.8	7.6	17.1
Nöjd			7.0	10.3	7.3	17.1
För tjock			11.2	16.5	9.5	19.9
Ont i ben, armar (n)			2673	2874	2809	2652
Signifikansnivå			*	**	*	*
För mager			6.0	6.0	3.7	4.6
Nöjd			6.1	5.7	4.7	4.5
För tjock			7.6	7.7	6.7	5.6
Känt oro (n)	1073	989	2557	2718	2816	2673
Signifikansnivå	***	***	***	***	***	***
För mager	4.4	6.0	5.3	16.2	8.8	18.1
Nöjd	3.0	3.3	4.7	8.5	5.6	14.4
För tjock	6.5	10.3	8.7	19.7	10.6	23.5
Känt ångest (n)			1703	1802	1656	1643
Signifikansnivå			***	***	***	***
För mager			6.0	8.9	11.3	26.7
Nöjd			4.7	7.8	5.8	15.3
För tjock			8.4	20.7	11.5	26.2
Stressad (n)	1744	1654	4253	4335	3880	3672
Signifikansnivå	***	*	***	***	***	***
För mager	8.0	13.3	13.8	27.1	20.0	40.4
Nöjd	4.9	7.5	8.5	18.7	14.6	35.9
För tjock	23.7	16.1	18.4	32.8	25.1	48.7
Svårt att sova (n)	1744	1654	4253	4335	3880	3672
Signifikansnivå	***	***	***	***	***	***
För mager	15.3	13.0	12.7	18.6	15.2	17.6
Nöjd	9.3	10.0	9.0	10.7	11.7	14.7
För tjock	19.1	24.5	18.4	22.8	16.6	23.9
Jättetrött (n)	1430	1326	3450	3563	3515	3347
Signifikansnivå	***	***	***	***	***	***
För mager	18.5	18.8	21.4	28.9	28.3	37.0
Nöjd	15.5	12.4	17.1	20.1	20.5	29.5
För tjock	23.8	21.8	29.0	34.5	28.2	40.6

+ p<0.10; * p<0.05; ** p<0.01; *** p<0.001

Bilaga 6. Kommuner i Ung livsstil

Kommuner som genomför studier i Ung livsstil

Haninge kommun
Helsingborgs stad
Huddinge kommun
Jönköpings kommun
Kalmar kommun
Lidingö stad
Linköpings kommun
Malmö stad
Norrköpings kommun
Stockholms stad
Sävsjö kommun
Täby kommun
Vallentuna kommun
Värmdö kommun

Kommuner som genomför studier i Ung livsstil i särskolan

Haninge kommun
Huddinge kommun
Jönköpings kommun
Kalmar kommun
Stockholms stad
Tyresö kommun

Bilaga 7. Tidigare rapporter från Ung livsstil

De senaste rapporterna som publicerats inom Ung livsstil

Elofsson, S,	Vilken typ av aktiviteter inom fritidsfältet önskar ungdomar i Stockholms stad att det ska satsas på?
Claesson Nordin, Å,	God hälsa på lika villkor.
Blomdahl/Elofsson,	Hur många motionerar/idrottar för lite och vilka är dom? -En studie av den unga befolkningen i Stockholm, Haninge, Helsingborg, Jönköping och Lidingö.
Elofsson, S,	Ungdomars hälsa – har kulturskolan samma positiva effekt på hälsa som idrottsförening?
Blomdahl/Elofsson,	Idrott och motion bland ungdomar i särskolan.
Elofsson/Karlsson,	Föräldrars och andra vuxnas betydelse för alkoholkonsumtionen. -En studie av högstadie- och gymnasieelever.
Elofsson/Blomdahl,	Hälsa och livskvalitet hos ungdomar i särskolan.
Elofsson, S,	Vilka nyttjar <u>inte</u> det offentligt subventionerade fritidsutbudet och hur är deras hälsa och livskvalitet?
Blomdahl/Elofsson/Åkesson,	Spontanidrott för vilka? -En studie av kön och nyttjande av planlagda utomhusytor för spontanidrott under sommarhalvåret.
Blomdahl/Elofsson,	Utomstående i fritids- och kulturutbudet i Huddinge -En studie av barn och ungdom i åldersgrupperna 10-19 år
Elofsson/Blomdahl/ Åkesson/Lengheden,	Dricker ungdomar i idrottsförening mindre alkohol än de som inte är med i en idrottsförening?
Elofsson/Blomdahl,	Kamratrelationer och kamratstöd bland ungdomar i särskolan.
Elofsson/Blomdahl/ Lengheden, Åkesson,	Ungas livsstil i låg- och högstatusområden. -En studie av högstadieungdomar.
Blomdahl/Elofsson/ Åkesson/Lengheden,	Segrar föreningslivet? -En studie av svenskt föreningsliv under 30 år bland barn och unga
Lengheden/Elofsson/Blomdahl	Ung livsstil bland ungdomar i grund- och gymnasiesärskolan. -En studie av ungdomar i Haninge, Jönköping och Stockholm i jämförelse med ungdomar som inte går i särskolan