

FORÆLDREPERSPEKTIVER PÅ BØRN OG UNGES MADVANER

ALICE GRØNHØJ, KRISTINA THOMSEN, TINO BECH-LARSEN OG EKATERINA SALNIKOVA

DCA RAPPORT NR. 231 · OKTOBER 2024 · RÅDGIVNING



AARHUS
UNIVERSITET

DCA - NATIONALT CENTER FOR FØDEVARER OG JORDBRUG



Forældreperspektiver på børn og unges madvaner

DCA rapport nr. 231 • DCA – Nationalt Center for Fødevarer og Jordbrug • Rådgivningsrapport

FORFATTERE:

Alice Grønhøj, Kristina Thomsen, Tino Bech-Larsen og Ekaterina Salnikova

Institut for Virksomhedsledelse

Aarhus Universitet

Datablad

Titel:	Forældreperspektiver på børn og unges madvaner
Serie og nummer:	DCA rapport nr. 231
Rapporttype:	Rådgivningsrapport
Forfattere:	Lektor Alice Grønhøj, Videnskabelig assistent Kristina Thomsen, Professor Tino Bech-Larsen og Postdoc Ekaterina Salnikova, Institut for Virksomhedsledelse, AU
Fagfællebedømmelse:	Professor Liisa Lähteenmäki, Institut for Virksomhedsledelse, AU
Kvalitetssikring, DCA:	Chefkonsulent Stine Mangaard Sarraf, DCA Centerenheden, AU
Rekvirent:	Fødevarestyrelsen, Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri (FVM)
Dato for bestilling/levering:	15.08.2023 / 04.09.2024
Journalnummer:	2023-0479071
Finansiering:	Rapporten er udarbejdet som led i "Rammeaftale om forskningsbaseret myndighedsbetjening" indgået mellem Miljøministeriet, Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri og Aarhus Universitet under ID nr. 2.01 i "Ydelsesaftale Fødevarer og forbrugadferd 2023-2026".
Ekstern kommentering:	Ja. Kommentarket kan findes via dette LINK
Eksterne bidrag:	Nej.
Kommentarer til besvarelse:	<p>Rapporten er første gang leveret 02.09.2024 men er revideret 04.09.2024. Revideringen bestod af formateringsmæssige rettelser i nogle af henvisningerne i rapporten, som ikke stod korrekt.</p> <p>Rapporten præsenterer resultater, som ved udgivelsen ikke har været i eksternt peer review eller er publiceret andre steder. Ved en evt. senere publicering i tidsskrifter med eksternt peer review vil der derfor kunne forekomme ændringer.</p>
Citeres som:	Grønhøj A., Thomsen K., Bech-Larsen T., Salnikova E. 2024. Forældreperspektiver på børn og unges madvaner. 133 sider. Rådgivningsrapport fra DCA – Nationalt Center for Fødevarer og Jordbrug, Aarhus Universitet, leveret: 04.09.2024.
Rådgivning fra DCA:	Læs mere på https://dca.au.dk/raadgivning/
Layout:	Rapportkoordinator Jette Illkjær, DCA – Nationalt Center for Fødevarer og Jordbrug, AU
Fotos:	Colourbox
Sideantal:	135
ISBN:	Trykt version: 978-87-94420-47-1. Elektronisk version: 978-87-94420-48-8
ISSN:	2248-1684
Tryk:	DigiSource.dk
Internetversion:	https://dcapub.au.dk/djfpublikation/index.asp?action=show&id=1518

Indholdsfortegnelse

Resumé	4
1	Introduktion og formål 6
2	Litteraturreview 8
2.1.	Madsocialiseringsstrategier for mindre børn (mindre end 10 år) 8
2.2.	Socialiseringsstrategier for større børn (11-17 år)..... 10
2.3.	Litteraturreview: Opsummering..... 11
3	Teori og metode 12
4	Kvalitative interviews 15
4.1.	Metode 15
5	Resultater: Kvalitativ undersøgelse 17
5.1.	Familiens nuværende spisevaner 17
5.2.	Forældres prioriteringer i deres barns kost..... 21
5.3.	Bæredygtige og 'mindre klimabelastende' madvaner..... 21
5.4.	Forældres strategier og principper..... 23
5.5.	Kvalitativ del: Opsummering..... 32
6	Spørgeskemaundersøgelse 36
6.1.	Metode 36
6.2.	Spørgeskemaets indhold..... 36
6.3.	Analyse 40
6.4.	Baggrund: Karakteristik af undersøgelsens deltagere og deres børn 41
7	Resultater: Spørgeskemaundersøgelsen 44
7.1.	Barnets og familiens spisevaner 44
7.2.	Madsocialiseringsstrategier..... 50
7.3.	Valgekspériment (DCE)..... 55
7.4.	Snacking 61
7.5.	Villighed til at ændre familiens spisevaner..... 65
7.6.	Spørgeskemaundersøgelse: Opsummering 69
8	Diskussion og konklusion 72
8.1.	Implikationer og anbefalinger 73
9	Referencer 76
Bilag	79

Resumé

Det er vigtigt at etablere sunde og bæredygtige spisevaner i barn- og ungdommen, for disse vaner danner grundlag for sundhed, madforbrugets bæredygtighed og klimabelastning samt individers forhold til mad i voksenlivet. Dog har vi begrænset indsigt i, om, og i givet fald hvordan, forældre forsøger at påvirke deres børn i retningen af sunde og bæredygtige madvaner samt deres bevæggrunde herfor. Dette projekt har til formål at undersøge forældres overvejelser, prioriteringer, og adfærd, når det gælder deres børns spisevaner, samt i hvor høj grad forældrene vægter sundhed og bæredygtighed i madsocialiseringen af deres børn. I projektet afdækkes disse emner gennem et litteraturreview samt en interview- og en spørgeskemaundersøgelse med forældre til børn i alderen 2-16 år.

Litteraturreviewet, viser, at forældrene har størst indflydelse på madsocialiseringen, når det gælder små børn, men at de bibeholder en betydning gennem hele barn- og ungdommen. Forældrenes tilgange til madsocialisering varierer fra strukturerende og selvregulerende strategier til mere kontrollerende og tvangsorienterede strategier. Generelt viser forskningen, at de strategier, som fokuserer på at strukturere børns omgivelser og tilskynde børnene til selv at regulere deres fødevarerindtag er mest effektive til at påvirke børnenes spisevaner i en hensigtsmæssig (sund) retning, mens kontrollerende og tvangsorienterede strategier er mindst hensigtsmæssige. Resultaterne er dog ikke entydige, og der kan være stor forskel på strategiernes effektivitet afhængig af kontekst.

Den kvalitative undersøgelse, som bestod af 21 interviews med forældre, havde til formål at opnå en indledende forståelse af de prioriteringer, overvejelser og strategier, som forældrene anvender i forbindelse med deres børns spisevaner. Det samlede billede for den kvalitative undersøgelse viste, at forældrene havde en god forståelse for, hvilke strategier der generelt anses som enten fremmende eller hæmmende for børns sunde og bæredygtige spisevaner, omend forældrene kunne møde udfordringer i anvendelsen af de 'hensigtsmæssige' strategier. Selv om bæredygtighed var et tema hos nogle familier, prioriterede familierne generelt i højere grad at fremme sunde spisevaner hos deres børn.

Den kvantitative spørgeskemaundersøgelse, som inddrog 1608 respondenter, blev udarbejdet på baggrund af projektets formål, resultater fra den kvalitative undersøgelse og tidligere undersøgelser. I undersøgelsen indgik blandt andet analyser af kostprincipper, madsocialiseringsstrategier, snackingadfærd, forældrenes villighed til at ændre familiens spisevaner i en mere sund og bæredygtig retning samt et valgeksperiment. Overordnet set viste undersøgelsen, at fælles måltidsspisning, børnenes snackingadfærd, forældrenes anvendelse af 'fremmende' og 'hæmmende' strategityper samt prioriteringen af en sund og bæredygtig kost varierede med børnenes alder; f.eks. kunne en højere frekvens af "usunde" snackingvaner spores hos de ældste børn i undersøgelsen. Forældrene rapporterede generelt en højere succes med deres madsocialisering ved anvendelse af de fremmende strategier, mens de hæmmende strategier som belønning og restriktion var forbundet med en opfattelse af mindre succes i madsocialiseringen. I relation til ændring af spisevaner viste analysen bl.a., at tillid til egne madlavningskompetencer, viden om fødevarers effekter på klima og sundhed,

præferencer for velkendte og smagfulde fødevarer samt sociale normer har en betydning for villigheden til at spise mere bæredygtigt.

Sammenfattet giver denne rapport et detaljeret indblik i børnefamiliers spisevaner, forældres madsocialiseringsstrategier samt opfattelser af vigtigheden af bæredygtighed/ klimahensyn i børnenes og familiernes madvaner og udfordringer. Disse resultater kan anvendes i forbindelse med fremtidige tiltag med henblik på at fremme sundere og mere bæredygtige spisevaner blandt danske børnefamilier.

Introduktion og formål

De spisevaner og kostprincipper, børn tilegner sig i starten af livet, påvirker deres spisevaner og sundhed fremadrettet. For eksempel er det velkendt, at overvægt, som bliver tilegnet tidligt i livet, ofte bliver ført med til voksenlivet (Sahoo et al., 2015), men også specifikke kostmønstre, som bliver grundlagt i barn- og ungdommen, videreføres til en vis grad til voksenlivet (Mikkilä et al., 2007). Derfor er etableringen af sunde spisevaner i barn- og ungdommen et vigtigt fokuspunkt. Selvom der findes mange forskellige kilder til indflydelse, når det gælder børns kost, anses forældre (eller andre primære omsorgspersoner) for at være blandt de vigtigste aktører (Moore et al., 2017). Andre familiemedlemmer, her især søskende, kan dog også have en direkte eller indirekte indflydelse på den madsocialisering, som foregår i hjemmet (Ayre et al., 2022). "Madsocialisering" forstås i denne sammenhæng som måden, hvorpå børn lærer om, hvad der er (u)hensigtsmæssige madrelaterede værdier, holdninger og praksisser (Moore et al., 2017). Forældres indflydelse er i sagens natur størst, når det gælder helt små børn. Forældre vedbliver dog at være af stor betydning for børn og unges madsocialisering gennem barn- og ungdommen (Pedersen et al. 2015) og til en vis grad helt ind i voksenlivet (Dubois et al., 2022), hvilket understreger vigtigheden i at etablere sunde spisevaner i barn- og ungdommen.

Hvordan forældre forholder sig til madsocialiseringen, når det gælder sammensætningen af en sund og bæredygtig kost til deres børn, er dog endnu ikke særligt godt belyst forskningsmæssigt. Vi ved med andre ord ikke nok om, hvilke mål og strategier forældre har, når det gælder en både sund og bæredygtig madsocialisering. Og selv hvis forældre er optaget af både sundhed og bæredygtighed, er deres opfattelse ikke nødvendigvis i overensstemmelse med, hvordan en sund og bæredygtig kost ser ud fra et fagligt sundheds- og bæredygtighedsperspektiv (Willett et al., 2019). Det er heller ikke nødvendigvis sådan, at forældre er bevidste om, hvordan de bedst fremmer sunde og bæredygtige spisevaner hos deres børn (Phillippe et al., 2021). Derudover kan det antages, at forældre kan opfatte børns (og især unges) spisevaner som helt eller delvist uden for deres kontrol, eftersom de fleste børn tilbringer mange timer uden for hjemmet fra en tidlig alder.

Hensigtsmæssige madsocialiseringsstrategier til at fremme af sunde spisevaner, især når det gælder mindre børn, er forholdsvis velbeskrevne i forskningen. Disse inkluderer fx gentagne eksponeringer til sunde fødevarer, at fremme barnets selvkontrol/autonomi, at etablere en måltidsstruktur og at være en "god rollemodel" (Varela et al., 2023). Det er dog også en kendt sag, at visse strategier ikke er effektive eller kan virke direkte modsat hensigten. Det gælder fx at presse børn til at spise, eller omvendt; at opfordre børn til at gå på slankekur (Moore et al., 2017). Der er dog sparsom viden om, i hvor høj grad forældre selv er bevidste om, hvordan sunde spisevaner bedst fremmes hos børn og unge, og hvordan de i givet fald udøver deres viden i daglig praksis.

Når det gælder spørgsmålet om, hvorvidt og hvordan forældre søger at fremme bæredygtige madvaner hos deres børn, findes der også ret begrænset forskning. Ét af få studier på området, et nyere polsk studie, finder, at ca. 75% af undersøgelsens forældre til 6-8-årige børn anser bæredygtighed for

at være vigtigt, når de køber fødevarer til deres børn, mens knap 30% angiver at aktivt at forsøge at styrke børnenes opmærksomhed på bæredygtigheds-problematikker (Halicka et al., 2021).

Det kan antages, at hvis forældre prioriterer såvel sundhed som bæredygtighed, vil mange af de strategier, som forældre anvender til at opnå et ønsket mål om bæredygtige madvaner, ligne de strategier, de i forvejen anvender i forhold til at fremme sunde spisevaner. Der er således en vis grad af sammenfald, når det gælder om at fremme en kombination af sunde og bæredygtige spisevaner. Det er især tilfældet i forbindelse med anbefalinger om at inkludere flere planterige i stedet for animalske proteinkilder i kosten (Lassen et al., 2020).

Det er vigtigt at forbedre vores viden om, hvordan forældre til børn i forskellige aldersgrupper navigerer i at påvirke deres børns madvaner i en sund og bæredygtig retning. Denne viden kan bruges til at fremme målet om, at danskernes madvaner ændres i en sundere og mindre klimabelastende retning, jf. FVST's reviderede kostråd, som tager højde for både sundhed og klima (Fødevarestyrelsen, 2021).

Ved at opnå indsigt i forældres viden om og bevæggrunde for, hvordan de forsøger at påvirke deres børns madvaner, er det i højere grad muligt at målrette kommunikation til forældre om dette, samt initiere fremtidige indsatser med henblik på at støtte forældrene bedst muligt i denne opgave.

Projektets overordnede formål er at undersøge forældres overvejelser, prioriteringer og adfærd, når det gælder deres børns spisevaner, samt hvilken betydning sundhed og bæredygtighed (med et særligt fokus på klima) har i forbindelse med forældres praksisser for madsocialisering. Mere specifikt undersøger projektet:

- Hvilke spisevaner- og kostprincipper, der efter forældres opfattelse, er vigtige at fremme hos deres børn (dvs. i forskellige aldersgrupper), og hvorfor det er tilfældet.
- Herudover om, og i givet fald, hvordan og hvorfor forældrene forsøger at udøve en indflydelse, der skal bringe børnenes spisevaner i en sundere og mindre klimabelastende¹ retning. I den forbindelse undersøges også, hvorvidt forældrene opfatter, at deres indsats lykkes.

Projektet vil således fokusere på at afdække forældres opfattelse af de ovenfor nævnte emner. Hvorvidt forældrenes indsats kan siges at "lykkes", dvs. om børnene tilegner sig sunde og mindre klimabelastende spisevaner, belyses derfor også udelukkende ud fra forældrenes perspektiv. Eftersom børnenes spisevaner uvægerligt er indlejret i familiens spisevaner, tager projektet også dette bredere perspektiv. Det betyder, at familiens/forældrenes holdninger og adfærd, når det gælder sunde og mindre klimabelastende spisevaner, danner den baggrund, hvormed børnenes spisevaner bliver undersøgt.

¹ "Mindre klimabelastende" og "klimavenlige" madvaner bruges i rapporten som synonymmer.

2 Litteraturreview

Forældre spiller en afgørende rolle i forhold til børns spisevaner og sundhed; ved at stille mad til rådighed, som rollemodeller og ved at regulere barnets fødevaremiljø (Balantekin et al., 2020). De påvirker således deres børns madindtag i mange forskellige typer af situationer, fx ved indkøb i supermarkeder og i forbindelse med madlavning og måltider. Ligeledes foregår påvirkningen og på mange forskellige bevidste og ubevidste måder. For eksempel foregår en stor del af påvirkningen ubevidst, når forældre med deres egne spisevaner og adfærd signalerer, fx hvad og hvor meget der er "normalt" at spise (Vaughn et al. 2018). Påvirkningen kan også gå den anden vej, som når teenagebørn ved "omvendt madsocialisering" forsøger at få deres forældre til at optage mere klimavenlige madvaner (Hesselberg et al., 2024).

I nærværende rapport er der fokus på den mere traditionelle madsocialisering fra forældre til børn, og mere specifikt på om og hvordan forældre med børn i forskellige aldre forsøger at påvirke deres børns spisevaner i en sundere og mere klimavenlig retning. Nedenfor gennemgås udvalgte resultater fra tidligere studier om, hvordan forældre med henholdsvis mindre (op til 10 år) og større (11 år og op) børn tænker og agerer i forhold til deres børns madsocialisering. Gennemgangen fokuserer på forskelle i anvendelsen af de mere kontrol- og tvangsprægede strategier og de såkaldte strukturerings- og autonomistategier, der i højere grad er baseret på at støtte barnet hen imod selvregulering og autonomi.

2.1 Madsocialiseringsstrategier for mindre børn (mindre end 10 år)

"Madsocialiseringsstrategier"² refererer til strategier, som forældre (mere eller mindre bevidst) bruger til at påvirke børns spisevaner og valg af fødevarer; somme tider som konsekvens af de udfordringer forældre har i at nå de mål, de ønsker for deres børn, som fx en sund udvikling og vækst (Varela et al., 2023). I danske familier er både mødre og fædre med børn i alderen 3-6 år, dybt involveret i at give deres børn mad og i opgaver omkring børnenes mad, som fx at lave mad og planlægge måltider (Grønhøj & Gram, 2020; Philippe et al., 2022). Litteraturen omkring forældres brug af madsocialiseringsstrategier er dog i høj grad domineret af undersøgelser, som udelukkende undersøger "forældres" brug af madsocialiseringsstrategier ud fra mødrenes perspektiv (Moura and Philippe, 2023).

Der er i forskningen bred enighed om, at visse strategier er uhensigtsmæssige, mens andre er mere positive, når det gælder om at fremme mindre børns sunde spisevaner. "Uhensigtsmæssige" madsocialiseringsstrategier inkluderer de tvangsprægede eller kontrollerende strategier, der referer til praksisser, der implementeres ved hjælp af restriktion, belønninger eller sanktioner, og indebærer f.eks. at barnet bliver presset til at spise bestemte ting eller belønnet med søde sager for god opførsel. Disse strategier kan have en positiv effekt på kort sigt, men kan på længere sigt stå i vejen for etablering af sunde spisevaner (DeCosta et al., 2017; Gregory, Paxton, & Brozovic, 2011). Således viste Barbosa et al.,

² Madsocialiseringsstrategier er i litteraturen kendt som "feeding practices" (e.g., Varela et al., 2023)

(2023), at mødres brug af restriktion af søde sager for børn i førskolealderen var associeret med sundere spisevaner i 7-årsalderen, men effekten af brugen af disse på længere sigt blev ikke målt. Studier, som sammenligner fædres og mødres brug af madsocialiseringsstrategier viser, at fædre, i højere grad end mødre, praktiserer "tvang"/kontrollerende strategier og i mindre grad struktureringsstrategier (e.g., Daniels et al., 2020; Hendy et al., 2009).

En udøvelse af struktureringsstrategierne betyder derimod, at forældrene tildeler barnet en højere grad af autonomi, foretager en mere overordnet monitorering af barnets spisevaner, samt sørger for at gå foran med et godt eksempel selv (modellering). Heri indgår også, at forældrene gør sunde fødevarer tilgængelige for børnene. En anvendelse af struktureringsstrategier har overordnet set den betydning, at barnets autonomi og evne til selvregulering understøttes, hvilket på længere sigt fremmer sundere spisevaner hos barnet (Varela et al., 2023). For eksempel undersøgte Gregory et al. (2011) i et longitudinalt studie australske mødres madsocialiseringsstrategier for deres børns forbrug af frugt, grøntsager og søde sager fra 1- til 2-årsalderen. Studiet viste, at børn havde et lavere forbrug af frugt og grøntsager i 2-årsalderen, hvis mødrene havde presset deres børn til at spise disse som 1-årig. Havde mødrene derimod praktiseret selv at gå foran som et godt eksempel ved 1-årsalderen, havde børnene et højere forbrug af grøntsager et år senere (Gregory et al., 2011).

Flere studier har vist, at gentagen eksponering er en effektiv strategi forældre kan anvende for at få små børn til at acceptere (nye) sunde fødevarer (Gibson et al., 2012). For eksempel viste Birch and Marlin, (1982), at 5-10 eksponeringer var nødvendige, hvis børnene skulle opbygge en præference for ukendte fødevarer (ost og frugt).

I et dansk studie undersøgte Grønhøj og Gram (2020), hvilke mål og strategier forældre med 5-6-årige danske børn brugte i madsocialiseringen. Studiet identificerede fire primære mål, som påvirkede de madsocialiseringsstrategier, som blev praktiseret af forældre med børn i denne gruppe. De identificerede mål omfattede: Ernæring og sundhed, et sundt forhold til mad, tilpasning til forældrenes præferencer og selvregulering samt autonomi. Havde forældrene et mål om selvregulering og autonomi indebar det, at forældrene valgte madsocialiseringsstrategier, der kunne understøtte barnet i selv at kunne regulere egen kost. Målet om ernæring og sundhed byggede på forældrenes viden og egne opfattelser af hvad der udgjorde sund kost. Målet om et sundt forhold til mad indebar et ønske om, at barnet fik et velbalanceret og socialt orienteret forhold til mad. Det tredje mål, som forældrene praktiserede deres strategier efter, var, at barnet gradvist skulle tilpasse spisevanerne efter forældrenes kost. Selvom dette studie således viste, at forældrenes mål og strategier inkluderede sundhed som et vigtigt mål, viste det også, at den sociale kontekst også spiller en vigtig rolle for hvilke madsocialiseringsstrategier, der praktiseres. Når konteksten inddrages i forældrenes madsocialisering af deres barn, kan sundhed således nogle gange nedprioriteres til fordel for ønsket om at bevare de gode familierelationer.

Forældre har altså allerede tidligt i barndommen en betydelig indflydelse på deres børns spisevaner. Ovenstående viser, at sundhedsperspektivet spiller en væsentlig rolle for småbørnsforældres praktisering af forskellige madsocialiseringsstrategier. Der er ikke mange studier af, hvorvidt

bæredygtighedsperspektivet også er vigtigt for forældre, når de skal give deres børn mad, men der er dog indikationer for, at interessen for økologiske eller 'etiske' produkter stiger, når man får / har små børn (Carey et al., 2008; Ritch and Brownlie, 2016). Herudover anså 75% af forældrene i et nyere polsk studie bæredygtighed som vigtigt, når de skal købe mad til deres børn (Halicka, Kaczorowska, Rejman, & Szczybyło, 2021). Dog var det kun 29% af de adspurgte, som var aktivt engagerede i at øge deres barns opmærksomhed på bæredygtighed, og selv om bæredygtighedsaspektet hos flertallet af polske forældre var vigtigt, var det barnets helbred, etableringen af sunde spisevaner og børnenes smagspræferencer, som viste sig at have den største indflydelse på hvilke fødevarer, der blev valgt til børnene (Halicka et al., 2021).

2.2 Socialiseringsstrategier for større børn (11-17 år)

I forbindelse med at barnet bliver ældre optræder der andre spisesituationer, hvorfor det kan antages at mange forældre må tilpasse deres strategier. Ifølge Reicks et al. (2015) indtager unge i USA i aldersgruppen 10-16 år omkring 2/3 af måltiderne i eget hjem, hvilket understreger betydningen af familiens spisevaner og af forældrenes fortsatte forsøg på madsocialisering. I Danmark viser lignende tal, at 54% af familier med større børn (7-18 år) svarer, at de spiste aftensmad sammen med andre i familien dagen før (Stamer et al, 2017). Litteraturstudiet af Reicks et al. (2015) beskriver indflydelsen af forældrenes fremgangsmåde i forhold til unges generelle spiseadfærd, og når de spiser uden at forældrene er til stede. Forældrenes tilstedeværelse og involvering giver en mulighed for at påvirke børnenes spisevaner, f.eks. ved at forældrene fremstår som rollemodeller, opfordrer til en sund spiseadfærd og øger tilgængeligheden af sunde føde- og drikkevarer. Herudover påvises, at flere ugentlige familiemåltider medfører et lavere kalorieindtag hos de større børn og unge. Omvendt er antallet af måltider, børnene indtager alene, associeret med et kalorieoverskud. Ydermere viser studiet, at unge med afvisende³ og/eller overbeskyttende forældre spiser færre frugter og grøntsager. Derimod har en velfungerende familie, som udviser omsorg og er opfordrende og støttende, vist at forudsige et sundt fødevarerforbrug hos den unge (Reicks et al., 2015). Forældrenes praktisering af en høj grad af tvangspræget kontrol og mangel på konsekvente grænser samt mindre struktur er relateret til et øget forbrug af mindre sunde snacks.

Et dansk studie undersøgte både forældre og venners indflydelse på danske unges indtag af frugter og grøntsager (Pedersen, Grønhøj, & Thøgersen, 2015). Studiet viste at forældre fortsat har den primære indflydelse på unges forbrug af frugt og grønt, mens vennernes indflydelse var beskeden. Studiet viste, at "deskriptive" normer, som er betegnelsen for de normer, som kommunikeres via forældrenes egne handlinger, er mere effektive end påbud. I lighed med Reicks et al. (2015), og med hvad der gælder for mindre børn (se ovenfor) tyder studiet af Pedersen et al (2015) altså på, at de madsocialiseringsstrategier, der bygger på autonomi og modellering snarere end på kontrol, er de mest effektive.

³ Afvisende forældre bliver defineret af Rodenburg et al. (2012) som forældre, der udviser en lav grad støtte, ikke monitorerer børnenes spiseadfærd og udviser en høj grad af psykologisk kontrol over børnene.

2.3 Litteraturreview: Opsummering

Forældrene har den største indflydelse på madsocialiseringen når børnene er helt små, men de fortsætter med at have betydning gennem hele barn- og ungdommen. Madsocialiseringsstrategierne varierer fra det kontrollerende og tvangsorienterede til det mere strukturerende/selvregulerende. Samtidigt viser forskningen, at de sidstnævnte er mest hensigtsmæssige i forhold til at støtte børn til sunde spisevaner, mens førstnævnte strategier er mindst effektive, og at de tværtimod kan virke modsat hensigten. Selv om dette er det overordnede billede, der kan fremdrages af den eksisterende forskning, må det dog nævnes, at sammenhængen mellem anvendelse af de hensigtsmæssige / uhensigtsmæssige strategier og 'sunde' / 'usunde' 'resultater' (fx sunde spisevaner, passende vægt) for børnene ikke er entydige. Der kan således være stor forskel på strategiernes effektivitet afhængig af fx børnenes alder og individuelle egenskaber hos både børn og forældre. Samtidig er dette forbehold med til at understrege, at forældrenes brug af madsocialiseringsstrategier ikke finder sted i et vakuum: Måltider og spisning finder som oftest sted i sociale sammenhænge, hvor mange forskellige hensyn må tages, og hvor forældrene har forskellige evner og muligheder for at agere i overensstemmelse med barnets langsigtede interesser.

3 Teori og metode

De undersøgelser, der danner grundlag for nærværende rapport, tager udgangspunkt i den begrebsramme, der er illustreret i Figur 1. Denne er baseret på resultaterne af ovenstående litteratursøgning samt på den bredere forskning i, hvordan danskernes opfattelser af helbred, bæredygtighed og mad påvirker deres mulighed for at støtte deres børn til sundere og mere klimavenlige madvaner, men også deres villighed til at ændre familiens madvaner i en sundere og mere klimavenlig retning.

Ifølge den bredere forskning (Castellini et al., 2023; Rosenstock, 1974) afhænger villigheden til at fremme sundere og mere bæredygtige madvaner, her i form af 'Forældres madsocialiseringsstrategier' for deres børn, af de specifikke faktorer 'Motivationer', 'Mål', og 'Barrierer', der knytter sig til strategierne. Strategierne er, som ovenfor beskrevet mangfoldige, men varierer mellem yderpunkterne: Tvang/kontrol og struktur/autonomi, her opdelt i 10 forskellige madsocialiseringsstrategier jf. tidligere forskning på området og her især Philippe et al. (2022).

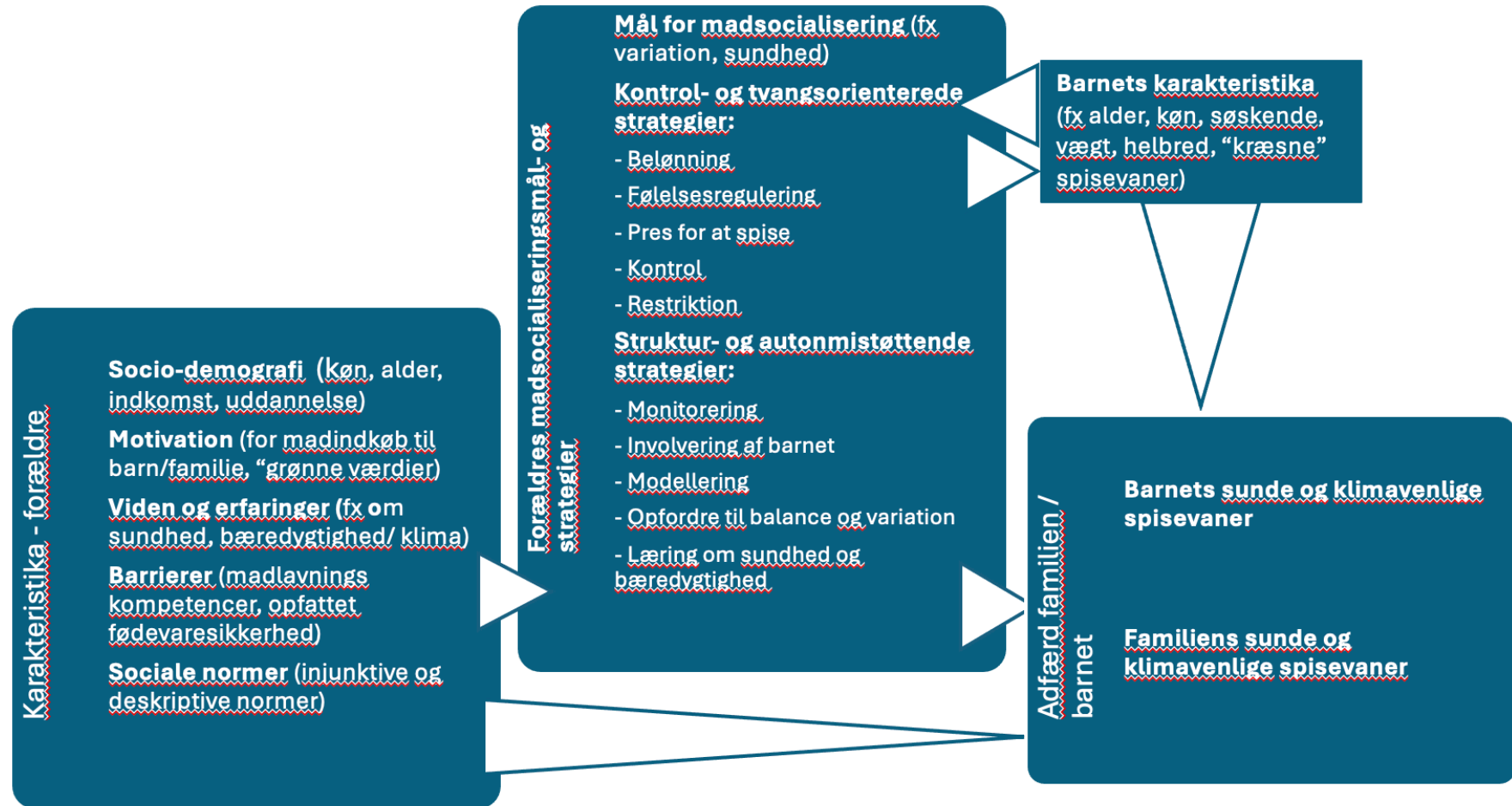
Forældrenes 'Motivation' for at anvende specifikke madsocialiseringsstrategier i forhold til at regulere deres børns spisevaner i en sundere og mere klimavenlig retning afhænger af forældrenes madrelaterede klima- og sundhedsbevidsthed samt af de mere specifikke opfattelser af barnets karakteristika, som fx helbredstilstand og neenhed⁴. Men målene kan også knytte sig til økonomi samt praktiske forhold vedrørende fødevarerindkøb og madlavningskompetencer, herunder også hvilke fødevarerpræferencer forældrene har, som fx naturlighed, bæredygtighed, convenience, pris mm. (Halicka et al., 2021). Disse forhold er også relevante for de 'Barrierer', der opleves for de forskellige strategier, og barriererne knytter sig herudover til forældrenes opfattelser af deres børns madpræferencer mm.

'Viden' og 'Erfaringer' med alle de ovennævnte forhold er relevante for forældrenes tilbøjelighed til at anvende bestemte madsocialiseringsstrategier overfor barnet. 'Viden' referer til de opfattelser, som forældrene har af, hvad der udgør sunde og klimavenlige madvaner, og 'Erfaringer' vedrører f.eks., hvilke oplevelser forældrene har eller har haft med madsocialiseringsstrategier i forbindelse med opdragelsen af barnet og/eller barnets søskende, samt den måde som forældrene selv er blevet (mad)opdraget på.

Endelig viser tidligere forskning at normer, dvs. f.eks. familie og venners adfærd eller forventninger, når det gælder sunde og klimavenlige madvaner, spiller en rolle, især når det gælder optagelsen af sundere og mere klimavenlige madvaner.

⁴ Fussy/picky eating, på dansk oversat til kræsenhed, defineres på forskellige måder i litteraturen. I denne rapport bruges begrebet til at beskrive, hvorvidt en person har en tendens til at afvise såvel kendte som nye fødevarer (Tharner et al., 2014; Wardle et al., 2001).

Figur 1 Madsocialiseringsstrategier og sunde og klimavenlige madvaner for børn og familier



Tilpasset efter Philippe et al. (2022)

Undersøgelsens analyser baseres for det første på en række kvalitative interviews (n=21) med forældre til at belyse anvendelsen af en række specifikke madsocialiseringsstrategier samt deres prioritering af sundhed og klima i 'madopdragelsen'. I denne forbindelse lægges der særlig vægt på, hvordan forældre til børn i forskellige aldre (2-16 år) anvender og vurderer effektiviteten af disse strategier. Disse interviews giver desuden indsigt i forældrenes motivation, mål, oplevede barrierer og erfaringer i forhold til strategierne.

For det andet baseres analyserne på en større spørgeskemaundersøgelse (n=1608), der har til formål at undersøge, om forældre med børn i forskellige aldre varierer med hensyn til anvendelsen af madsocialiseringsstrategierne, specifikt i forbindelse med børnenes sunde og usunde snackingvaner, men også forældrenes generelle opfattelse af succes ved at anvende strategierne. Endelig dykker spørgeskemaundersøgelsen ned i forældrenes motivation, mål og opfattelser af barrierer til at spise mere sundt og klimavenligt, og i hvor høj grad disse påvirker forældrenes villighed til at ændre familiens adfærd i en sundere og mere klimavenlig retning. Metoderne for de to undersøgelser beskrives nærmere i indledningen til de to følgende afsnit.

4 Kvalitative interviews

Hovedformålet med den kvalitative undersøgelse er at opnå en indledende forståelse af de prioriteringer, overvejelser og strategier, som forældrene anvender i forbindelse med deres børns spisevaner. Derfor blev forældrene stillet spørgsmål om, hvilke spisevaner og kostprincipper de forsøger at fremme hos deres børn til dagligt. Derudover blev forældrene spurgt ind til, hvorvidt og hvordan de i givet fald forsøger at påvirke deres børns spisevaner i en sundere og mere klimavenlig retning. Endelig blev forældrene bedt om at reflektere over, i hvilket omfang de vurderer, at deres tiltag lykkes.

4.1 Metode

En kvalitativ undersøgelse i form af 21 semistruerede interviews blev gennemført med forældre til børn i alderen 2-16 år (se interviewguide i bilag 1) og deltagerne blev rekrutteret af markedsanalysebureauet Norstat Danmark A/S. For at afdække koststrategier og principper i forhold til forskellige aldersgrupper blev der udvalgt fem forældre i hver af følgende aldersgrupper: 2-5 år, 6-9 år, 10-13 år og 14-16 år (i den sidste gruppe blev 6 familier rekrutteret). Derudover blev forældrene rekrutteret med god geografisk spredning og forskellige uddannelses- og beskæftigelsesmæssige baggrunde med henblik på at sikre en variation i datagrundlaget. En oversigt over forældrenes baggrundskarakteristika findes i Bilag 2.

Forud for interviewene blev der indhentet etisk godkendelse fra Aarhus Universitets forskningsetiske komité (nr. BSS-2023-047). Herudover indhentede Norstat informeret samtykke til deltagelse og brug af informanternes data. Ydermere udfyldte informanterne en samtykkeerklæring i forbindelse med interviewene.

Interviewene blev afholdt online, hvorfor forældrene kunne rekrutteres med god geografisk spredning. Interviewene havde en varighed fra 60 til 90 minutter med et gennemsnit på omtrent 75 minutter, og interviewguiden var overordnet struktureret hovedtemaer med tilhørende underspørgsmål.

Indledningsvis blev forældre bedt at fortælle om familiens dagligdag med et særligt fokus på familiens madvaner. Dernæst blev forældrene spurgt ind til deres koststrategier og madvaner. Herunder skulle forældrene beskrive deres nuværende prioriteringer, rutiner og rollefordelinger i forhold til familiens madvaner. Ligeledes skulle forældrene beskrive, om og hvordan de forsøger at øve indflydelse på deres barn med særligt fokus på bæredygtig og sund kost.

Efterfølgende blev forældrene præsenteret for en øvelse, som havde til formål at opnå en indsigt i, hvilke madsocialiseringsstrategier forældrene vurderede som effektive og, hvorvidt de praktiserede disse for at få deres barn til at spise sundt og bæredygtigt. Øvelsen bestod af flere forskellige udsagn, som varierede afhængigt af, hvilken alder deres barn havde (se i Bilag 3 for et eksempel på placering af et udsagn). Udsagnene blev udformet af projektholdet med formål om at repræsentere forskellige "hensigtsmæssige" og "uhensigtsmæssige" madsocialiseringsstrategier, som er kendt fra litteraturen (fx Phillippe et al., 2022) i et dagligdags sprog, og som et oplæg til at forældrene kunne uddybe deres

holdning og adfærd i forhold til de nævnte strategier. Forældrene blev således bedt om at indikere, om de enkelte strategier ville være effektive i forhold til netop deres barn, og om de samtidig var nogle de praktiserede derhjemme. Interviewene blev efterfølgende transskriberet ordret⁵ og analyseret ved hjælp af kodning og tematisering baseret på tidligere forskning (fx Grønhøj og Gram, 2020; Phillippe et al. 2022), men også i form af en mere induktiv/åben analyse og fortolkningsproces. For at sikre forældrenes anonymitet er der anvendt pseudonymer i teksten.

⁵ Interviewuddrag i form af citater er lettere tilrettet i rapporten for at gøre indholdet mere læsevenligt.

5 Resultater: Kvalitativ undersøgelse

I dette afsnit præsenteres resultaterne fra den kvalitative undersøgelse om forældrenes overvejelser og prioriteringer samt strategier for at påvirke deres børns kost i en sund og klimavenlig retning. Resultaterne præsenteres i form af identificerede temaer.

Indledningsvist beskrives familiens nuværende spisevaner efterfulgt af, hvad forældrene prioriterer i barnets kost. Dernæst præsenteres resultaterne for, hvordan forældrene forsøger at have indflydelse på deres børns kost. Dette bliver efterfulgt af en beskrivelse af, hvilke strategier og principper forældrene anvender i forbindelse med deres børns spisevaner samt, hvorvidt forældrene oplever at disse tiltag er effektive i forhold til at få deres børn til at spise sundt og bæredygtigt.

5.1 Familiens nuværende spisevaner

Under gennemførelsen af interviews blev forældrene bedt om at beskrive familiens nuværende spisevaner. I denne sammenhæng blev fire typer af almindeligt forekommende spisevaner identificeret. Adskillige familier angav således at prioritere familievenlige retter, en varieret kost, en sund kost samt traditionelle spisevaner.

Familievenlige spisevaner

Under de gennemførte interviews udtrykte flere forældre, at deres spisevaner var præget af familievenlige retter. Dette indebærer, at forældrene tog hensyn til deres børn, når de planlagde familiens måltider, hvilket også afspejles i det følgende citat:

"De kunne nok godt være sundere vil jeg sige. Jeg tror, de er sådan meget standard børneagtige - meget familievenligt mad. Ja sådan ret standard egentlig" (#1, K, Aldersgruppe 2-5 år).

Som informanten i interview nr. 1 udtrykte, bestod deres måltider af børnevenlige retter. Denne prioritering kunne derimod være på bekostning af sundheden. Det som kendetegnede familierne, som angav at have familievenlige spisevaner var, at de havde et barn i alderen 2-5 år. Desuden indikerede fire ud af fem af de interviewede forældre i aldersgruppen 2-5 år, at deres madvaner var blevet ændret efter de blev forældre. Ændringen i deres spisevaner skyldtes et fælles ønske om at give deres børn de bedste forudsætninger for at udvikle en sund indstilling til mad. For at skabe de optimale betingelser var forældrene opmærksomme på at begrænse indtaget af sukker samt øge indtaget af grønsager og økologiske produkter, sidstnævnte for at undgå sprøjtemidler i børnenes kost. Derimod var ændringerne i familiernes spisevaner ikke ensbetydende med, at forældre indtog en sundere kost, hvilket også kom til udtryk i nedenstående citater:

"Altså vi går meget op i det ved hende. Vi har gået lidt mindre op i det ved os selv" (#4, M, Aldersgruppe 2-5 år).

"Jeg går lidt højere op i, at de spiser lidt mere økologisk og sådan nogle ting og lidt mere end, vi gør. Jeg vil hellere, det er jo så åndssvagt og dobbeltmoralisk, men jeg vil jo hellere have, de får de sunde ting og ikke får så mange alt muligt i, som vi gør" (#1, K, Aldersgruppe 2-5 år).

Ovenstående indikerede, at førstegangsførelse og forældre med børn i alderen 2-5 år havde en højere tendens til at prioritere en sund kost til deres børn end i deres egen kost. Dette kunne skyldes, at forældrene skulle forholde sig til en ny familiestruktur og ændringer i deres spisevaner og søvnmønstre, hvilket kunne være energi- og tidskrævende. Forældrenes manglende overskud kunne derfor også have indflydelse på familiens spisevaner, som udtrykt i interview nr. 1:

"Det er 2 timer om natten, vi har i søvn, og det påvirker jo helt sikkert også med både overskud og så skal det være lettere med maden" (#1, K, Aldersgruppe 2-5 år).

Varieret kost

Udover at inkludere familievenlige retter gav flere forældre udtryk for, at de bestræbte sig på at opretholde en varieret kost. Dette indebar, at forældrene fokuserede på at tilberede måltider, som både bestod af kulhydrater (kartofler, pasta, ris), kød og grønsager. Herunder udtrykte flere forældre at være særlige opmærksomme på, at børnene indtog noget grønt under måltiderne.

"Ja det vil vi jo gerne, altså vi spiser også alt selv en del salat, og det vil vi også gerne have de tager noget grønt, så det ikke kun lige er 3 kartofler og noget sovs og så et stykke kød, men der også er noget grønt og noget sundt og noget, så de får et naturligt forhold til det her med at spise varieret. Det er sådan set det, som vi vægter" (#18, M, Aldersgruppe 14-16 år).

Forældrenes skærpede opmærksomhed på at lære deres børn at spise varieret var ofte motiveret af ønsket om at forebygge, at deres børn blev kræsne. Dette fremgår ligeledes af nedenstående citat, hvor forældrene reflekterede over deres egne erfaringer med kræsenhed som børn og ønsker ikke at gentage denne oplevelse for deres egne børn.

"Men vi prøver at lære dem at spise varieret, for jeg var mega, megakræsen som barn, og jeg synes det er pinligt at være kræsen" (#14, M, Aldersgruppe 10-13 år).

Nogle forældre forsøgte at kommunikere dette budskab til deres børn som en del af deres indsats for at undgå, at børnene blev kræsne og dermed fremmede en varieret kost.

"Vi (...) snakker nogle gange om det her med at være madmodige, at man prøver noget nyt og man ikke bare siger nej tak med det samme" (#6, K, Aldersgruppe 6-9 år).

Informanten i interview nr. 6 brugte udtrykket "madmodig" til at beskrive modet til at prøve nye elementer eller retter. Et fællestræk blandt forældre, der angav at have en varieret kost, var deres ønske om at udfordre deres børns smagsoplevelser og inspirere dem til at være nysgerrige på nye retter. I denne sammenhæng var der en tendens til, at forældrenes fokus på en varieret kost steg i takt med barnets opvækst. Denne antagelse baseres på observationen af, at flest forældre med børn i alderen

10-16 år angav at have varierede spisevaner. Derudover bemærkes det, at forældre i højere grad inddrog deres børn i dialog og opmuntrede dem til at prøve nye madvarer, når børnene blev ældre.

Sund kost

Samtidig med at forældrene bestræbte sig på at sammensætte en varieret kost, angav flere forældre ligeledes, at deres nuværende spisevaner kunne karakteriseres som sunde. Med det skal forstås, at forældrene prioriterede at sammensætte en kost, som bestod af frugt og grønt samt fiberrige produkter og fuldkornsprodukter samtidig med, at de forsøgte at begrænse indtaget af fedt- og sukkerholdige produkter. Afbalanceringen mellem sunde og mindre sunde produkter kunne derimod være udfordrende for forældrene. For eksempel udtrykker informanten i interview nr. 18 en bekymring over at opstille for mange regler omkring slik og snacks, da det, ifølge informanten, kunne føre til et ubalanceret forhold til søde sager hos barnet, så barnet enten overspiste eller at barnet fik et anstrengt forhold til de mindre sunde produkter.

"(Jeg er) sådan mere interesseret i, at de får et fornuftigt forhold til mad og til slik og til snacks inden de får at vide, at det må man slet ikke røre. Fordi så ved vi på et eller andet tidspunkt, så kommer det over i den anden grøft og så ja, så enten spiser de det konstant og ellers, så spiser de det aldrig" (#18, M, Aldersgruppe 14-16 år).

I forhold til at spise sundt påpegede flere forældre, at de ikke var fanatiske sunde, men det derimod handlede om "sund fornuft". Dette betød, at forældre forsøgte at opdrage deres børn med en 'fornuftig tilgang til mad', da de mente, at dette skabte de bedste forudsætninger for et afbalanceret forhold til mindre sunde produkter. Dette kom ligeledes til udtryk i nedenstående citat, hvor en forælder påpeger, at de levede sundt, men var ikke 'fanatisk sunde'.

"(Jeg) tænker på det er stadig sundt, men jeg vil også sige, at det er ikke fanatisk sundt, der også er plads til det her usunde noget" (#9, K, Aldersgruppe 6-9 år).

Baseret ovenstående bemærkes, at når forældre angav, at de havde en sund kost, understregede de samtidig, at dette ikke nødvendigvis betød, at de undgik søde sager. Dette kunne muligvis være fordi forældre, der angav at spise sundt, ofte har et barn i alderen 6-9 år. Derfor kunne det være udfordrende for forældre at opretholde restriktioner over for børn i denne aldersgruppe, som ofte udforsker deres individuelle madpræferencer. For at støtte barnets udvikling af sunde madvaner var forældrene derfor opmærksomme på ikke at indføre for strenge regler i forhold til kosten.

At sammensætte en sund kost kunne dog efter informanternes opfattelse være på bekostning af en varieret kost, hvilket fremgår af nedenstående citat:

"Jamen, jeg synes jo, vi har nogle sunde madvaner. Vi er ikke så gode til at prøve noget nyt altså. Ja, jeg tror bare sådan nå ja, men det er jo det, vi sådan, hvad jeg ved de kan lide og sådan noget og så køber jeg sådan lidt ind efter det. Og så tænker jeg et par dage fremad, hvad vi kan få" (#7, K, Aldersgruppe 6-9 år).

Det fremgår således, at familierne kunne opleve udfordringer med at sammensætte måltider, der både opfyldte behovet om en varieret og sund kost samtidig med, at barnet kunne lide maden. Som informanten i interview nr. 7 påpegede, havde børnenes præferencer en betydelig indflydelse på planlægningen og indkøbene af måltiderne. Dette kunne resultere i en begrænset variation i retterne og nedsætte motivationen for at introducere nye retter.

Traditionelle spisevaner

Flere familier beskrev deres spisevaner som traditionelle. Dermed menes, at der indgik flere traditionelle, danske retter i familiens spisevaner. Særligt måltider, som involverede frikadeller, koteletter og hakkebøf, var fortsat populære retter, som serveres i danske familier.

"Jeg tror, vi spiser. Vi spiser også traditionelt af de gamle danske retter som hakkebøf" (#10, K, Aldersgruppe 14-16 år).

.. "Vi spiser også et traditionelt af de gamle danske retter som hakkebøf og alverdens ting, men.. Jeg tror også, vi er glade for at prøve noget nyt som sådan en tortilla lavet af blomkålsris" (#21, M, Aldersgruppe 14-16 år).

Selvom familien havde traditionelle spisevaner, udelukkede det ikke at familien også kunne introducere nye retter. Som informanten i interview nr. 21 udtrykte: *"Vi er glade for at prøve noget nyt"*, hvilket indikerede, at familien både kombinerede moderne og traditionelle spisevaner.

Derudover bemærkes det, at når familierne skulle uddybe, hvad der kendetegnede en traditionel kost, blev der ofte taget udgangspunkt i kødet. Dette fremgår eksempelvis af nedenstående citat:

.. "Altså det er traditionelt, vi får kød hver dag og ikke så meget salat. Grøntsager, det ligger i gulerødder, ærter og blomkål, og nogle gange laver vi grøntsagsmos. Det er sådan set det, det er. Så der er jeg meget traditionel og så som sagt, de der 5-6 forskellige retter" (#19, M, Aldersgruppe 14-16 år).

Ligeledes sås det, at traditionelle spisevaner havde en begrænset opmærksomhed på det grønne element, som det fremgår af udtalelsen fra interview nr. 19: *"Vi får kød hver dag og ikke så meget salat"*. Dette var i overensstemmelse med, at flere forældre med traditionelle spisevaner ofte fokuserede på kødet som deres hovedingrediens i retten. Dog angav enkelte familier, at de forsøgte at gøre de traditionelle retter sundere ved enten at undlade sovsen eller erstatte grøntsagerne med salat.

.. "Det gør de i hvert fald med kød og kartofler, så har vi jo så nok fravalgt sovsen. Men, og så sagt jamen, vi vil hellere have en salat eller nogle grøntsager, men ja, jeg tror da, vi er meget præget af, både min mand og jeg, at vi kommer fra et hjem, hvor aftensmaden var på bordet ved en 6-tiden og så. Så var der et måltid, som vores mor lavede det" (#17, K, Aldersgruppe 14-16 år).

Som det fremgår af ovenstående citat, var familiens nuværende spisevaner præget af barndommens madvaner. I denne sammenhæng bemærkes en tendens, hvor forældrene ofte serverede retter, som de selv voksede op med, men samtidig tilføjede eller ændrede elementer for at give retterne en mere moderne karakter.

5.2 Forældres prioriteringer i deres barns kost

Forældrene blev bedt om at beskrive deres mål og prioriteringer for barnets kost. På tværs af aldersgrupperne blev flere overordnede mål, som forældre forsøgte at opdrage deres børn efter, identificeret.

Flere forældre havde for det første et mål om, at deres børn skulle spise en varieret kost, hvilket også var i overensstemmelse med, at flere forældre rapporterede at deres nuværende spisevaner bestod af en denne type kost. For at fremme en varieret kost, forsøgte forældrene at sørge for, at deres børn smagte på maden, som udtrykt nedenfor:

"Det er jo det der, altså, med at hun som minimum i hvert fald smager på det, inden hun .. bare så hun ikke bare kigger på det og så skal tallerkenen væk. Ja. Og finder ud af, om hun reelt set faktisk kan lide det, eller om hun bare... Har en ide, om hun ikke kan lide det" (#5, K, Aldersgruppe 2-5 år).

Til trods for at flere forældre prioriterede, at deres børn skulle smage på maden, udtrykte mange af disse forældre, som det andet overordnede mål, en bevidsthed om ikke at lægge for meget pres barnet.

"Vi går op i, at det ikke skal være en kamp at spise, altså mad skal ikke være noget, som lige pludselig bliver et problem, fordi det kan altså, det kan jo føre til. Hvad hedder sådan noget spiseforstyrrelser og forkert indstilling til mad" (#19, M, Aldersgruppe 14-16 år).

Som manden i interview nr. 19 udtrykte, var forældrene bevidste om at strenge, 'tvangsprægede' principper kunne have en indflydelse på barnets forhold til mad. Derfor var et tredje mål for forældrene at forsøge at opnå en god balance mellem indtaget af det sunde og usunde. I denne sammenhæng angav flere forældre, at de forsøgte at balancere deres børns kost gennem tilgangen 'sund fornuft uden at blive fanatiske'. Dermed menes, at indtaget af det mindre sunde ikke nødvendigvis var begrænset til særlige dage eller begivenheder, men at der var større fokus på mængden som indtoges. Forældrene anvendte denne tilgang i deres madopdragelse for at forsøge at gøre de mindre sunde produkter mindre interessante, og dermed give barnet de bedste forudsætninger for at få et afbalanceret forhold til mad.

Endelig rapporterede forældrene at prioritere et mål om, at barnet lærte at være opmærksom på sin mæthedsfornemmelse. For at gøre barnet opmærksom på sin egen mæthedsfornemmelse, forsøgte forældrene at indgå i en dialog under måltidet, eller hvis barnet udtrykte sult. I denne sammenhæng nævnte forældrene, at de opfordrede barnet til at mærke efter i forhold til mæthedsfornemmelse imellem portionerne samt reflekterede over sit indtag i løbet af dagen, hvorefter de kunne vurdere, om det var nødvendigt at spise mere.

Bæredygtige og 'mindre klimabelastende' madvaner

På tværs af aldersgrupperne udtrykte forældrene en bevidsthed om vigtigheden af bæredygtige og mindre klimabelastende madvaner. Samtidig udtrykte flere forældre en usikkerhed i forhold til, hvordan klimavenlig og bæredygtige madvaner kunne karakteriseres, samt om og hvordan man kunne skelne

mellem to begreber. Indtrykket var overordnet, at bæredygtige og klimavenlige madvaner var det samme. Bæredygtige- og klimavenlige madvaner blev i større og mindre grad praktiseret i flere familier. I denne sammenhæng udtrykte flere forældrene en intention for at vælge økologiske og lokale produkter, men prisforskellen havde en væsentlig indflydelse i beslutningsprocessen. Der var flere årsager til, at forældrene var motiverede for at prioritere økologiske og lokale produkter; herunder ønsket om at undgå sprøjtemidler, reducere transportafstandene for fødevarerne og samtidig støtte det lokale landbrug.

Ydermere havde flere familier fokus på at begrænse deres kødforbrug. I denne sammenhæng udtrykte flere forældre, at de foretrak at bruge mindre mængder ad gangen frem for helt at undlade kødet i deres retter. Mange familier supplerede kødet med grøntsager for at begrænse mængden af kød. Prisdifferencen mellem konventionelt og økologisk kød påvirkede forældrenes beslutningsproces, ligesom den gjorde det for køb af økologiske og lokale produkter.

Flere forældre udtrykte en bevidsthed om at spise sæsonbetonet og undgå madspild. Dette blev forklaret både på baggrund af bæredygtige- og klimavenlige madvaner samt økonomiske faktorer. Herunder fokuserede enkelte forældre på at lære barnet om sæsonbetonede varer. Dermed menes, at den voksne forklarede barnet, at selvom varen var tilgængelig, var det ikke nødvendigvis sæson for dyrkningen, hvorfor varen ofte blev fravalgt. I denne sammenhæng var nogle forældre begyndt eller havde forinden dyrket egne frugt- og grøntsager for at fremme barnets læring om kosten.

Flere forældre påpegede, at skolen kunne have en betydelig indflydelse på deres børns interesse og viden om bæredygtige- eller klimavenlige madvaner. Selvom forældre fra forskellige geografiske områder deltog i undersøgelsen, bemærkede forældre fra hovedstadsområdet særligt de positive virkninger af skoler, der praktiserede skolehaver. På samme måde udtrykte forældre fra mere landlige områder også en positiv holdning til skolens initiativer omkring brugen af lokale fødevarer. Dette indikerede, at skolen kunne spille en betydelig rolle i form af at påvirke børns læring og tilgang til bæredygtige og klimavenlige madvaner.

Overordnet havde størstedelen af forældrene en åben tilgang i forhold til at spise og vælge bæredygtige- og klimavenlige fødevarer. Selvom forældrene havde intentionen om at integrere disse valg i deres hverdag, opstod der flere udfordringer ved at gennemføre det grønnere valg. Forældrene fremhævede, at nye opskrifter ofte kræver en længere forberedelsestid, hvilket ikke var foreneligt med en travl hverdag. Derudover var prisen på de mere miljøvenlige valg en betydelig barriere, hvilket gjorde det vanskeligt for dem at vælge de ønskede fødevarer.

5.3 Forældres strategier og principper

Forældrene gennemførte en øvelse, hvori de skulle vurdere udsagn, som refererede til konkrete madsocialiseringsstrategier i forhold til at hjælpe barnet til at spise sundt og/eller bæredygtigt (Tabel 1 praktisering og effektivitet af forældres strategier for madsocialisering opdelt i henholdsvis struktur- og autonomistøttende og kontrol- eller tvangsorienterede strategier (se afsnit 7) samt et spørgsmål om det hensigtsmæssige i at tillade brug af digitale medier i forbindelse med måltiderne.

I den forbindelse blev forældrene bedt om at tage stilling til, om de praktiserede strategierne, og om de vurderede, at de var effektive. F.eks. blev forældrene bedt om at placere udsagnet "Mit barn hjælper med at lave maden", for dermed at angive, hvorvidt forældrene anvendte strategien "involvering", og om de vurderede, at det var en effektiv strategi til at hjælpe barnet til at spise sundt og bæredygtigt.

Da forældrenes konkrete anvendelse af strategier og principper antages at ændre eller udvikle sig under barnets opvækst, var udsagnenes ordlyd tilpasset børn i forskellige aldersgrupper (2-5 år; 6-9 år; 10-13 år; 14-16 år). Udsagnet om at kommunikere om sund mad og bæredygtighed blev desuden ikke præsenteret for den yngste gruppes forældre, mens udsagnet om at "lægge pres" på barnet ikke blev nævnt for den ældste gruppes forældre.

Tabel 1 *praktisering og effektivitet af forældres strategier for madsocialisering (n=21)*

Udsagn	Strategi	Praktiseres, effektivt	Praktiseres, ikke effektivt	Praktiseres ikke, effektivt	Praktiseres ikke, ikke effektivt
Struktur- og autonomistøttende strategier:					
Jeg/vi sørger for, at vi har frugt og grønt i huset	Tilgængelighed	***** ***** ***** *****			
Mit barn hjælper med at lave maden	Involvering	* ** ** *****	* *	**** * ** *	*
Vi/jeg støtter mit barn i selv at bestemme, hvor meget han/hun kan spise	Selvregulering	***** ***** ***** *****	* *	*	
Hvis mit barn ikke bryder sig om smagen af en fødevarer, prøver Jeg/vi bare at servere det samme en anden dag	Gentagen eksponering	**** ***** *** ****	* * *		* *

Jeg/vi (de voksne) viser hvordan ved at spise det selv	Modellering	**** **** ***** *****	* * *		
Vi spiser aftensmad sammen så vidt muligt	Måltidsstruktur	***** ***** ***** *****			
Vi taler om, hvordan sunde/bæredygtige madvaner er gode for os og planeten	Kommunikation (kun 6 år->)	** ** **	* ** *	* * ***	*
Kontrol- og tvangsorienterede strategier					
Jeg/vi lover en (sød, slik eller andet sødt) belønning, når det sunde er spist	Belønning	*	*	**** * *	* *** *** *****
Jeg/vi lægger et (mildt) pres på at få barnet til at spise det sunde	Pres (kun 2-9 år)	***	*	*	***** *
Andre strategier					
Jeg/vi tillader mobiltelefon eller andre digitale medier ved middagsbordet	Distraktion	* *	** * *	* * **	** *** *** *****

Viser fordelingen af strategierne blandt de 21 interviews opdelt i aldersgrupper. Antallet af * henviser til, hvor mange forældre der har angivet at praktisere strategien. Farvekoderne repræsenterer de forskellige aldersgrupper. Grøn: Forældre til børn i alderen 2-15 år (n=5); Gul: Forældre til børn i alderen 6-9 år (n=5); Rød: Forældre til børn i alderen 10-13 år (n=5); Blå: Forældre til børn i alderen 14-16 år (n=6).

Børn i alderen 2-5 år

Som det fremgår af tabel 1 under kategorien "Praktiseres, effektivt", udtrykte flere deltagere med børn i aldersgruppen 2-5 år, at de med god effekt anvendte strategierne tilgængelighed, selvregulering, måltidsstruktur, gentagen eksponering og modellering i deres madprincipper. Under kategorien "Praktiseres, ikke effektivt" beskrev to forældre modsat, at strategierne modellering og gentagen eksponering ikke havde en stor effekt i forhold til at få deres barn til at spise sundt og bæredygtigt. I denne sammenhæng udtrykte manden i interview nr. 3, at de fortsatte med at eksponere barnet for fødevarer, selvom de ikke observerede en betydelig effekt af dette.

"...Jeg tror ikke på, det er så effektivt igen, hvis det er noget, han oprigtigt ikke kan lide, så kan heller ikke lide det næste dag, men derfor forsøger vi det, så derfor gør vi det stadigvæk" (#3, M).

Ud fra citatet oplevede de to forældre oplevede ikke en synlig, kortvarig effekt, men forældrene var af den overbevisning, at strategierne potentielt kan have en langvarig effekt, hvorfor de fortsat prioriterede at praktisere strategierne i deres barns madopdragelse. Ligeledes angav to forældre (#1, K og #2, K), at de i begrænset omfang praktiserede 'distraction'. Strategien referer til, hvorvidt forældre tillader mobiltelefoner eller andre digitale medier ved middagsbordet. Nogle forældre rapporterede, at de under særlige omstændigheder tillod digitale medier under måltider, så barnet ville afledes til at spise mere sundt. Dog udtrykte informanten fra interview nr. 2 at være i tvivl om denne tilgang, eftersom digitale medier kunne have en negativ effekt, da det fjernede barnets opmærksomhed på måltidet.

"... den her med mobiltelefon den praktiserer vi nogle gange. (...) Nogle gange praktiserer vi det ikke, og jeg synes, det lyder også forkert .. nogle gange, er de jo effektive i forhold til. Så spiser hun, hvad der er på tallerkenen, men i forhold til at spise sådan sundt og bæredygtigt, så spiser hun det, der er, kan man sige. Men samtidig tror jeg ikke, det er sundt i forhold til, at man jo bare kører ind som en maskine. Man ser egentlig ikke, hvad det er man spiser, så den skal ligge sådan nede i midten. At vi praktiserer det nogle gange. Nogle gange praktiserer vi det ikke, men jeg synes egentlig ikke, det er effektivt, for jeg synes ikke, det er en sund måde og holdning at have til maden" (#2, K).

Selvom informanterne fra både interview nr. 1 og nr. 2 var opmærksomme på den potentielt negative indvirkning, som det kunne have at tillade mobiltelefoner og andre digitale medier ved middagsbordet, blev det fortsat praktiseret i et mindre omfang. Dette kunne delvist skyldes, at disse forældrene, som de eneste i aldersgruppen 2-5 år, havde to børn. Forældrene skulle derfor håndtere flere forskellige madpræferencer i deres måltidplanlægning. Dette ansvar kunne i kombination med andre forpligtigelser og fritidsaktiviteter begrænse forældrenes tid samt tilstedeværelse under måltiderne. Som følge heraf kunne digitale medier fungere som en bekvem måde at håndtere disse udfordringer på og dermed aflaste forældrene.

Det fremgår yderligere af Tabel 1, at flere forældre ikke praktiserede strategierne pres, belønning og distraction. Forældrene begrundede dette med, at de ikke mente strategierne var hensigtsmæssige eller ville have en effekt. Flere forældre udtrykte også en bekymring ved at lægge et pres på barnet, da det kunne medføre et ubalanceret forhold til mad.

"Der er studier der viser at, hvis du tvinger dine børn til at spise, så risikerer du at give dem en spiseforstyrrelse senere hen i livet." (#5, K).

"Vi ved også godt, vi skal ikke presse med noget. Det kommer, når det kommer." (#4, M).

Disse forældre havde således taget en bevidst beslutning om ikke at udøve et pres, men praktiserede derimod de strategier, som de forventede ville have en langvarig effekt.

Ifølge Tabel 1 var der også tilfælde, hvor strategierne, der omfattede involvering, distraktion og belønning ikke blev anvendt af flere forældre, selvom forældrene mente, at strategierne formentlig ville være effektive i forhold til at få deres barn til at spise sundt og bæredygtigt. I denne sammenhæng udtrykte forældrene et ønske om at praktisere strategien involvering i et større omfang. Dette skyldtes, at forældrene oplevede, at barnet var mere nysgerrigt på maden og dermed tilbøjelige til at smage på den, hvis de deltog i madlavningen. På trods af anerkendelsen af, at inddragelse i madlavning ville være effektivt, påpegede forældrene, at det var tidskrævende, hvilket ikke var i overensstemmelse med en travl hverdag.

Manden i nr. 3 udtrykte også, at de ikke praktiserede strategien distraktion, men at det formentlig vil være effektivt i forhold til at få deres barn til at spise sundt og bæredygtigt. Dette skyldtes en opfattelse af, at tilstedeværelsen af digitale medier under måltiderne kunne fjerne barnets opmærksomhed fra selve måltidet, hvilket igen kunne resultere i, at barnet spiste fødevarer, det normalt ikke ville foretrække. Ligeledes angav flere forældre ikke at praktisere strategien belønning, selvom det formentlig ville have en øjeblikkelig effekt i forhold til at få barnet til at spise sundt og bæredygtigt. Herunder angav enkelte forældre, at de delvist praktiserede en belønning, men uden inddragelse af mindre sunde fødevarer.

".eller det ved jeg egentlig ikke, fordi vi kan godt sige, du skal lige spise det her blomkål inden, du kan få mere pasta eller, men det kan lige så meget være, hvis hun kun har spist pastaen og ikke blomkålen, så kan vi godt sige, du skal lige spise lidt mere eller omvendt" (#1, K).

I denne sammenhæng opfordrede kvinden i nr. 1 barnet til at spise bestemte fødevarer først for at fremme en varieret og sund kost. Dog understregede kvinden samtidig, at denne praksis ikke blev anvendt i forbindelse med mindre sunde fødevarer, da det potentielt kunne føre til, at barnet overspiste i bestræbelserne på at opnå en belønning.

Børn i alderen 6-9 år

Ifølge Tabel 1 angav flere forældre med børn i alderen 6-9 år at praktisere strategierne tilgængelighed, selvregulering, involvering, måltidsstruktur, gentagen eksponering, modellering, kommunikation og at lægge et mildt pres på barnet med god effektivitet. Dog meddelte stadig kun et fåtal af forældrene, at de fokuserede på at involvere barnet i måltiderne. Derudover var det bemærkelsesværdigt, at alle forældre praktiserede at bede deres børn om at smage på maden (gentagen eksponering):

"... Men ikke, at vi siger, at hun skal spise det hele. Vi beder hende om at smage på det, og det gør hun jo. Ja præcis, og så finder ud af at man ikke kan lide det. Så kan man så, får man et alternativ, kan man sige" (#6, K).

"... De skal smage på maden. Okay, og har de smagt på det, så kan man udtale sig om, man ikke kan lide det, har man ikke smagt på det, men så kan man ikke udtale sig" (#9, K).

Som det fremgår af ovenstående citater, var forældrene meget bevidste om, at deres barn skulle smage på maden. Dette blev ofte begrundet med, at forældrene ønskede, at deres børn skulle spise varieret og have en positiv indstilling til nye retter og råvarer.

Alle fem familier praktiserede også strategierne tilgængelighed, selvregulering og måltidsstruktur. Dette indebærer, at forældrene prioriterede altid at have frugt og grønt i huset (tilgængelighed), hvilket sikrede et sundt alternativ til mellemmåltid. Ligeledes prioriterede alle forældre at spise aftensmad sammen (måltidsstruktur). Ydermere praktiserede forældrene at opfordre barnet til selv at bestemme, hvor meget der spises.

"... Men vi har meget fokus på det. Altså hvor jeg siger nu, nu er det nok altså, du bliver simpelthen nødt til selv at prøve at mærke efter, så jeg mener også, at det er effektivt fordi, man skal jo ikke spise mere mad, end man har brug for. Det er jo også noget med bæredygtighed, ikke?" (#8, M).

I denne sammenhæng fremhæver nr. 8 vigtigheden af at rette opmærksomheden mod barnets mæthedsfornemmelse fremfor at bestemme portionsstørrelserne, om end interviewet samtidig indikerede, at forælderen skrider ind for at begrænse barnet.

Ydermere angav tre ud af fem familier at anvende strategien pres med god effekt. Forældrene fremhæver at være bevidste om ikke at udøve for stort et pres, men derimod forsøge at optræde som en støttende rolle. Dette gjorde forældrene ved at servere nye elementer i retten og ved at indgå i en dialog med barnet. Ved at anlægge et mildt pres erfarede forældrene, at barnet blev mere tilbøjelig til at smage på maden, hvilket også kommer til udtryk i nedenstående citater:

"..hmm jae et eller andet gør jeg jo på et eller andet plan, altså fordi jeg taler jo positivt om det og serverer det jo. Og ja et mildt pres, kan man vel godt sige" (#7, K).

".. fordi jeg synes ikke, vi lægger pres på... men, hvis han lige skal smage på det. Så skal der et mildt pres til, som siger, han skal smage på det" (#22, M).

Få forældre angav at praktisere strategierne belønning og distraktion, og de oplevede ikke en effektiv virkning i forhold til at få deres barn til at spise sundt og bæredygtigt. Strategierne blev praktiseret, fordi det begrænsede eventuelle konflikter i forbindelse med måltidet. Dette skyldes, at barnets opmærksomhed blev fjernet fra måltidet og fokuserede i stedet på den eventuelle belønning eller tilstedeværelsen af digitale medier. Til trods for at familierne praktiserede strategierne, gav de samtidig udtryk for, at det ikke var deres foretrukne metode:

"Jeg lover en belønning. Det er ikke så tit jeg gør det. Men ja, det kan da godt være jeg har sagt at, hvis man har spist sin mad, så kan man måske være heldig at få en is eller et eller andet bagefter, så vil jeg sige ja, det gør jeg, men det er ikke en effektiv god ting at gøre" (#8, M).

To af forældrene udtrykte ikke at praktisere strategierne kommunikation, involvering, belønning og pres selvom de, ifølge forældrene, formentlig ville have været effektive. I denne sammenhæng udtrykte kvinden i nr. 7:

"Jo, fordi jeg tror måske, at hun har været lidt vant til med belønning for noget" (#7, K).

På baggrund af, at barnet fra tidligere havde været vant til at få en belønning, ville strategien formentlig have været effektiv. Kvinden i nr. 7 mente derimod ikke, at det var den rette strategi at anvende i forhold til at få barnet til at spise sundere eller mere bæredygtigt. Kvinden (nr. 7) foretrak i stedet at anvende strategier som kommunikation og gentagen eksponering for at opnå en langvarig effekt.

Strategien kommunikation blev ikke praktiseret af manden i nr. 8, selvom det, ifølge informanten, formentlig ville have været effektivt.

"Ja det gør vi ikke nok vel...det er effektivt. Men jeg får ikke praktiseret det. Altså. Det gør jeg ikke. Der er ikke fokus på det, vil jeg mene, herfra" (#8, M).

Informanten var således under indtryk af, at strategien var effektiv, men anvendte den ikke i det ønskede omfang, hvilket kunne skyldes manglende tid som eneforsørger med to børn, hvorfor der ikke var den nødvendige tid til rådighed.

Flere forældre praktiserede ikke strategierne distraktion samt belønning. Dette skyldes en opfattelse af, at begge strategier formentlig vil have en effekt i nuet, men ikke være gavnlige på sigt i forhold til at få barnet til at spise sundt og bæredygtigt. Derimod anvendte #6 belønning på en alternativ måde, som ikke involverede søde sager.

.." skal smage noget nyt, og at man får et kryds på sådan et skema, vi bare selv har lavet og siger, når man så har prøvet 20 nye ting, som man ikke har prøvet før eller ikke har prøvet i lang tid, at så får man et kryds, og så er der faktisk en belønning i enden af det, og det kan måske være nogle nye tusser eller en eller anden bog" (#6, K).

Ligeledes angav tre forældre, at de ikke tillod mobiltelefoner eller andre digitale medier ved middagsbordet.

.." Ej, det er det. Det er helt bandlyst hos mig (griner)...Fordi det ville jeg bare ikke have, at man, altså, det er jo det der med, at man sidder sammen, og det er jeg sådan lidt opdraget med selv, så vi har ikke telefoner og iPad, når vi sidder sammen og spiser" (#7, K).

Kvinden i nr. 7 rapporterede at have lært fra sin egen barndom, at måltider blev indtaget sammen med familien, og at opmærksomheden burde være rettet mod interaktionen mellem familiemedlemmerne. Disse værdier blev overført til hendes egen familie, hvor brugen af mobiltelefoner og andre digitale medier blev undgået for at bevare fokus på kommunikationen.

Børn i alderen 10-13 år

Forældre med børn til 10-13 år anvendte overordnet de samme strategier til deres børn, som forældre med børn i alderen 6-9 år, herunder især tilgængelighed, selvregulering, modellering og måltidsstruktur. Forældrene praktiserede, med god effekt, at spise aftensmaden sammen og udtrykte, at barnets involvering i madlavningen ofte medførte en større nysgerrighed på maden:

"Jamen det er jo altså så får hun selv. Så får hun selv set og rørt ved de forskellige ting. Og ligesom altså. Tit så tør man også smage noget mere, hvis man for eksempel selv har været med til at lave det, ikke?" (#12, K).

"Jamen. Nogle gange vil hun jo selv komme og spørge, om hun må lave noget mad eller, hvis hun deltager i og hun gerne ville lære, hvordan man laver nogle ting og andre gange, så laver hun jo simpelthen så både mad til sig selv og også sammen med os" (#13, M).

Forældrene delte den opfattelse, at børnenes involvering i madlavningen var en hensigtsmæssig strategi til at fremme sunde spisevaner og etableringen af et positivt forhold til mad. De så denne praksis som en givende læringsmulighed, hvor børnene kunne udvikle selvstændighed og samtidig fik mulighed for at udforske en bredere palet af smagsoplevelser.

To forældre angav at anvende strategien kommunikation uden en synlig effekt. Både nr. 9 og nr. 14 gav således udtryk for, at de i mindre omfang praktiserede at tale med deres barn om, hvilke madvaner er gode for os og planeten. Da denne form for dialog ikke forekom kontinuerligt, havde det ifølge forældrene kun en begrænset indvirkning på barnets kostvaner.

"Det er ikke noget, vi gør, sådan så vi sidder og drøfter det på daglig basis. Vi gør det ind imellem" (#9, K).

Desuden nævnte manden i nr. 14, at de opfordrede deres barn til at smage på maden som en form for gentagen eksponering. Dog kunne barnet nogle gange være afvisende, hvilket betød, at denne praksis ikke altid blev udført med den ønskede effekt.

".. du smider den bare godt ned til venstre, fordi det er ikke særlig effektivt, og det kan tage rigtig lang tid, og det skal de altså" (#14, M).

Da nr. 14 selv angav at have været kræsen som barn og havde oplevet udfordringer i forbindelse med denne kræsenhed var det af høj prioritet at få deres børn til at opnå en nysgerrig tilgang til mad.

Strategierne belønning og distraktion blev generelt set ikke praktiseret af forældrene. Dette skyldtes til dels, at forældrene prioriterede aftensmåltidet som et samlingspunkt, hvorfor telefoner og andre digitale medier ikke var tilladte. Ligeledes udtrykte forældrene, at de ikke anvendte strategien belønning, da de ikke havde en langvarig effekt.

Kvinden i nr. 12 anvendte ikke strategien gentagen eksponering, da informanten genkaldte, at denne strategi blev anvendt under egen barndom, hvilket ikke var en positiv oplevelse. Kombinationen af

personlige erfaringer og barnets tendens til at være afvisende over for nye fødevarer havde ført til, at familiens prioriterer var, at måltidet skal være frivilligt, hyggeligt og netop ikke forbundet til et pres.

"Det skal jo være sådan rart at spise, og ja så det ikke bliver sådan lavet til problemer, ikke ja. Især når de er så kræsne, så, så har vi netop tænkt, at, så skal det netop ikke være forbundet med sådan tvang og pres og alt muligt" (#12, K).

Ydermere udtrykte manden i nr. 14, at de i beskedent omfang praktiserede at opfordre barnet til at selv at bestemme, hvor meget de kunne spise.

"... Men jeg kan godt se, at nogle gange så gør vi det, og andre gange gør vi det ikke. Det der ligger sådan, vi blander os jo lidt i det, fordi man skal spise sin mad, ikke?" (#12, K).

Respondenten havde fra barndommen selv været tilbøjelig til at være kræsen, hvorfor det var af høj prioritet for familien af forbygge samme adfærd hos deres børn.

Strategien involvering blev ikke anvendt af to forældre, selvom de var af den overbevisning, at det ville have været effektivt. Herunder angav kvinden i nr. 11, at barnet udviste interesse og lyst til at deltage i madlavningen, men at han i praksis sjældent deltog. Barnet kom lejlighedsvis ud og ønskede at hjælpe med at smage på maden samt komme med forslag til justeringer som mere salt og peber:

"Nogle gange, få gange kommer han lige ud og vil gerne hjælpe. og godt lide at prøve at smage sovsen til, at sige det skal mere salt og peber i, og sådan nogle ting du ved, og så får han lov, så snart han viser interesse, ikke. Men det er mig, der laver det" (#11, K).

"Vi har faktisk snakket om, at nu skulle hun til at have madkundskab i skolen som valgfag, mener jeg, så så må hun komme lidt mere på banen. Det har vi snakket om, fordi det er også rart. Jeg står selv, og jeg har ikke rigtig lært ret meget hjemmefra. Så jeg gad da godt at kunne give det videre til hende, at hun bare bliver lidt bedre end mig til at lave mad i en ung alder" (#15, K).

Interview nr. 15 udtrykte således en intention om at anvende strategien involvering fremadrettet, med formålet om at videregive nogle madkundskaber til barnet, som kvinden ikke selv havde haft muligheden for at udvikle.

Børn i alderen 14-16 år

Forældre med børn i aldersgruppen 14-16 år anvendte strategierne: tilgængelighed, selvregulering, måltidsstruktur, gentagen eksponering, modellering og, for halvdelen af familiernes vedkommende, kommunikation. Herunder angav samtlige forældre at have fokus på at inddrage deres børn i madlavningen (involvering). I denne sammenhæng udtrykte kvinden i nr. 17:

"..at hun er med til at lave mad, og det synes jeg, at det giver en god forståelse. Det giver selvfølgelig også det helt basale, at den dag, hvor hun ikke er hjemme mere, så har hun nogle ting med hjemmefra, der gør, at hun også kan lave noget selv, ikke også, at det ikke skal være take away, fordi man ikke formår andet. Så jeg tænker, at hun er med i det omfang, at det nu kan lade sig gøre, og det synes jeg da er rigtig godt" (#17, K).

Som det fremgår af ovenstående citat, bidrog strategien involvering både til at opbygge et grundlæggende kendskab til madlavningen samtidig med, at det forberedte barnet til fremtiden som udeboende. Forældrene så det som en værdifuld indsats, som gav barnet en bevidsthed om sund madlavning, hvilket medførte at barnet udviklede færdigheder til selv at lave mad frem for at vælge bekvemme, men mindre sunde løsninger.

I forlængelse heraf angav manden i nr. 18, at det at lave maden selv og spise den, kunne være af afgørende betydning i forhold til at påvirke børns spisevaner i en sundere og mere bæredygtig retning. Interview nr. 18 udtrykte, at børn har en tendens til at lade sig påvirke af deres omgivelser, hvorfor familiens vaner og adfærd kunne have en betydelig indflydelse på børnenes tilgang til maden:

"Jamen ved at lave det og at spise det selv, altså, det er jo nok det bedste. Jeg tror, alle børn spiser det, som de ser deres forældre spiser, fordi at jamen, hvor skal vi ellers have interessen for det?" (#18, M).

Idéen om, at familiens spisevaner og adfærd smittede af på børnenes spisevaner, var ikke nr. 19' oplevelse:

"Jeg synes, at selleri er verdens bedste frugt eller grøntsag, ikke, men hvis hun ikke kan lide det, så er det jo lige meget. Men altså vi spiser det jo, altså vi spiser det, der er sundt, ikke? Vi spiser jo ikke, ikke selleri, fordi hun ikke kan lide det" (#19, M).

På trods af, at barnet havde opbygget egne præferencer i forhold til en bestemt madvare, havde familien dog fortsat fokus på at anvende strategien 'modellering' og servere sunde fødevarer, samtidig med at der blev taget hensyn til individuelle præferencer.

Ligeledes praktiserede nr. 16 gentagen eksponering, men uden en større synlig effekt:

"Nej, det er det ikke, fordi hvis hun på forhånd har sagt, hun ikke kan lide det, så har, så er der nok heller ikke nogen forventning om, at hun siger 'mmh det smager godt'" (#16, K).

Til trods for, at barnet blev bedt om at smage på maden, var det forældrenes opfattelse, at barnet grundet individuelle præferencer havde en forudindtaget holdning til, hvorvidt maden smagte godt. Denne tilgang medførte, at barnet blev beskrevet som værende kræsen og undgik at smage på nye retter, når barnet var uden for hjemmet. Informanten meddelte at forsøge at ændre barnets tilgang ved at indgå i en dialog om at turde smage på nye madvarer samt inddrage barnet i madlavningen.

Forældre med børn i alderen 14-16 år praktiserede ikke strategierne belønning og distraktion. I denne sammenhæng udtrykte kvinden i nr. 16, at de havde forsøgt at motivere barnet ved at love en belønning, dog uden at opnå den ønskede effekt:

"Jamen nok fordi det aldrig har været nødvendigt, og fordi at vi har prøvet det qua, hun ikke spiser kartofler, så har vi jo prøvet og det har været lige meget, hvad vi har lovet hende, så har hun ikke villet spise de kartofler, og så tror jeg i bund og grund, at det er en forældreopgave fra starten af, at de skal lære at spise sundt" (#16, K).

Ud fra ovenstående fremgår, at familien havde oplevet udfordringer med at få barnet til at spise kartofler, til trods for flere forsøg på at motivere med belønninger. Dermed krævede det en vedvarende og bevidst indsats fra forældrene for at ændre og påvirke barnets spisevaner.

Samtlige forældre angav, at de ikke tillod mobiltelefonen ved middagsbordet (distraction). Mens to af disse mente, at det kunne være effektivt, mente flertallet, at det ikke var det og at det var en uskik. Dette skyldtes primært, at forældrene betragtede aftensmåltiderne som familiens kvalitetstid. Tilstedeværelsen af mobiltelefoner eller andre digitale medier kunne begrænse interaktionen og nærheden mellem familiemedlemmerne, hvorfor de ikke var tilladte.

"Det er fordi jeg synes, at vi har alle sammen været afsted efter et eller andet i løbet af hele dagen, og så gør det ikke noget, at vi lige har øjenkontakt og lige får en fornemmelse af, hvor vi er henne, når der er masser af digital i løbet af vores hverdag, så synes jeg, at det er en kvalitetstid en stund, hvor vi lige kan kigge hinanden i øjnene og så lige få en snak om, hvad det er, der rører sig ja" (#17, K).

Forældre med børn i aldersgruppen 14-16 år angav ikke at praktisere strategierne distraction, belønning samt, for halvdelen af forældrenes vedkommende, kommunikation. I denne sammenhæng udtrykte kvinden i #20, at det kunne være effektivt at love en belønning, hvis det blev praktiseret i et mindre omfang og omhandlede mindre portioner. Ydermere udtrykte kvinden i nr. 16, at de formentlig burde have praktiseret at snakke om bæredygtige og sunde madvaner i et større omfang:

"Der er jo nok en del, vi bør sætte os ind i også både som familie og det hele. Vi kan jo godt se på nuværende tidspunkt nogle af de ting, vores bedsteforældre burde have gjort anderledes" (#16, K).

5.4 Kvalitativ del: Opsummering

Den kvalitative undersøgelse involverede 21 forældre med børn i alderen fra 2-16 år, opdelt i fire aldersgrupper: 2-5 årige, 6-9 årige, 10-13 årige og 14-16 årige. På tværs af aldersgrupperne beskrev størstedelen af forældrene deres nuværende spisevaner som familievenlige, traditionelle, varierede og sunde:

Familievenlige spisevaner: Mange af forældrene til børn i alderen 2-5 år beskrev deres kost som familievenlige, hvor måltiderne var tilpasset børnenes præferencer. Dette kunne gå ud over sundheden i måltiderne. Ændringerne, der forekom i familiens spisevaner efter at være blevet forældre, fokuserede på at begrænse sukker og øge indtaget af grøntsager og økologiske produkter. Forældre var ofte mere fokuserede på sundheden i deres barns end i egen kost.

Variert kost: Forældrene forsøgte at sikre en varieret kost ved at inkludere forskellige fødevarergrupper og ved at lære børnene at spise grøntsager. Dette var ofte motiveret af ønsket om at undgå kræsenhed hos børnene. Forældre med ældre børn (10-16 år) havde en tendens til at prioritere variation højere og inddrage børnene mere i madlavningen.

Sund kost: Flere forældre angav, at deres spisevaner var sunde med fokus på frugt, grønt, fiberrige produkter og fuldkorn samt begrænsning af fedt og sukker. De søgte en balance mellem sunde og mindre sunde produkter for at undgå at skabe et anstrengt forhold til mad hos børnene.

Traditionelle spisevaner: Nogle familier fulgte traditionelle danske spisevaner med retter som frikadeller og hakkebøf, men de inkluderede også nye retter for at skabe variation. Traditionel kost fokuserede ofte på kødet med begrænset fokus på grøntsager.

Flere forældre udtrykte en intention om at spise mere bæredygtigt, men i de fleste familier havde det ikke høj prioritet. Forældrene var opmærksomme på vigtigheden af bæredygtige og klimavenlige madvaner, men der var en usikkerhed omkring, hvad disse begreber konkret indebar. Mange forældre forsøgte at købe økologiske og lokale produkter for at undgå sprøjtemidler og støtte lokalt landbrug, men pris og tid optrådte ofte som barrierer. De forsøgte også at begrænse kødforbruget ved at supplere med grøntsager og praktiserede en sæsonbetonet kost. Der var også blandt nogle forældre et eksplicit ønske om at kunne undgå madspild. Skolens rolle i at fremme børns forståelse af bæredygtighed blev fremhævet som vigtig, især i områder med skolehaver og brug af lokale fødevarer.

De konkrete strategier, som forældrene brugte kunne sammenfattes som følgende:

Børn i alderen 2-5 år. forældre til små børn fandt strategier som tilgængelighed, selvregulering og måltidsstruktur effektive. De fokuserede på at gøre sund mad tilgængelig og lære børnene at spise efter deres mæthedsfornemmelse. Gentagen eksponering og modellering blev også brugt, men det kunne opleves, at disse strategier ikke altid havde den ønskede virkning på kort sigt. For eksempel fortsatte en forælder med at præsentere nye fødevarer, selvom barnet ikke altid accepterede dem. Forældre undgik strategier som pres og belønning, da de frygtede, at det kunne skabe et usundt forhold til mad og potentielt føre til spiseforstyrrelser. På trods af erkendelsen af, at involvering i madlavningen kunne være effektivt, var det ofte svært at finde tid til dette i en travl hverdag. Sociale medier ved måltider blev kun sjældent brugt og blev set som distraherende.

Børn i alderen 6-9 år: I denne aldersgruppe brugte forældre strategier som tilgængelighed, selvregulering, gentagen eksponering, måltidsstruktur og modellering med succes. De sørgede for, at sunde fødevarer altid var tilgængelige og strukturerede måltiderne for at skabe stabile spisevaner. Børnene blev også bedt om at smage på maden, hvilket forældrene mente fremmede en varieret kost og en positiv holdning til mad. Strategier som belønning og distraktion via digitale medier blev i begrænset omfang brugt, men forældrene opfattede dem ikke som effektive i forhold til målet om, at fremme en sund kost. Mobiltelefoner og andre digitale medier var som oftest bandlyst ved bordet for at bevare fokus på familietid og interaktion.

Børn i alderen 10-13 år. Forældre til børn i denne aldersgruppe anvendte lignende strategier som for 6-9-årige, herunder tilgængelighed, selvregulering, modellering og måltidsstruktur. Der var også et vist fokus på børns involvering i madlavningen, som blev anset for en måde at øge deres nysgerrighed og lyst til at smage på maden. Dette blev opfattet som en god læringsmulighed for at udvikle selvstændighed og sunde spisevaner. Strategier som kommunikation og gentagen eksponering blev

brugt, men nogle forældre rapporterede, at de ikke altid havde en synlig effekt. Negative personlige erfaringer fra forældrene og børnenes modvilje mod nye fødevarer begrænsede nogle gange effektiviteten af gentagen eksponering. Forældrene ønskede, at måltiderne skulle være hyggelige og uden pres, og de undgik som oftest sociale mediers distraktion samt at anvende belønning som strategi.

Børn i alderen 14-16 år. Forældre til børn i denne aldersgruppe lagde vægt på tilgængelighed, selvregulering, involvering, modellering og måltidsstruktur. De fleste forældre fokuserede på at inddrage deres børn i madlavningen for at lære dem grundlæggende madlavningsfærdigheder og forberede dem på voksenlivet. De mente, at børns spisevaner påvirkes positivt, når de selv deltog i madlavningen og spiste det, som de har lavet. Dog oplevede nogle forældre, at deres børns præferencer ikke altid påvirkes af familiens sunde spisevaner. Forsøget på at motivere børn med belønninger havde ikke haft den ønskede effekt, og forældrene overvejede at diskutere sunde madvaner mere indgående. De erkendte behovet for at ændre nogle af deres egne vaner. Digitale medier var ofte bandlyst ved bordet for at fremme interaktion og nærhed i familien.

På tværs af alle aldersgrupper prioriterede forældre tilgængelighed, selvregulering, modellering og måltidsstruktur som grundlæggende strategier for at fremme sunde spisevaner. På tværs af aldersgrupperne var forældrene desuden meget tilbageholdende med at presse børnene til at spise, dog afviste flere forældre med børn i alderen 6-9 år ikke at lægge et 'mildt pres' på børnene. Forskellen mellem strategierne lå hovedsageligt i brugen og opfattelsen af effektiviteten af strategierne: gentagen eksponering, involvering, belønning og distraktion.

- **Gentagen eksponering.** Mens gentagen eksponering ikke entydigt ansås som effektivt på kort sigt for de yngste børn (2-5 år), fortsatte forældrene med at bruge disse strategier i håb om langsigtede fordele. For ældre børn (10-13 år) og teenagere (14-16 år) var der en blandet oplevelse af effektiviteten, men strategierne blev stadig anvendt som en del af en langsigtet indsats.
- **Involvering.** Inddragelsen i madlavning steg med børnenes alder. Forældre til små børn ønskede at bruge denne strategi mere, men manglede ofte tid. Forældre til ældre børn og teenagere inddrog dem aktivt i madlavningen, hvilket ansås som en måde at udvikle selvstændighed og sunde spisevaner.
- **Belønning:** Belønningsstrategier blev sjældent brugt hos små børn og blev generelt opfattet som ineffektive eller problematiske på tværs af alle aldersgrupper. Forældre til ældre børn og teenagere udtrykte, at belønning ikke havde haft den ønskede effekt, og søgte alternative måder at motivere sunde spisevaner.
- **Distraktion:** Digitale medier ved måltider var generelt ikke tilladt, da forældre ønskede at bevare familietid og interaktion. For små børn blev digitale medier kun sjældent brugt og med usikkerhed om effektiviteten i forhold til at fremme sunde spisevaner.

Det samlede billede viste således, at forældrene havde en god forståelse for, hvilke strategier, der generelt set bliver anset for at virke henholdsvis fremmende eller hæmmende på deres børns sunde og mindre klimabelastende spisevaner, omend forældrene kunne møde udfordringer i udførelsen af de ønskede strategier. Det kunne også konstateres, at forældre i højere grad prioriterede at fremme sunde spisevaner ved brug af de nævnte strategier, mens promoveringen af bæredygtige eller mindre klimabelastende madvaner hos børnene ikke blev vægtet tilsvarende højt.

6 Spørgeskemaundersøgelse

På baggrund af projektets formål, resultater fra den kvalitative undersøgelse og tidligere undersøgelser om forældres prioriteringer og praksisser i forhold til deres børns madvaner, blev en spørgeskemaundersøgelse udarbejdet.

6.1 Metode

Spørgeskemaundersøgelsen blev gennemført som en landsdækkende online undersøgelse af markedsanalysevirksomheden Norstat i Danmark. Dataindsamlingen blev gennemført gennem Norstats forbrugerpanel. Kvalificerede deltagere var forældre til et eller flere børn fra 2-16 år. Kvoterne var forældre til 3-400 børn per aldersgruppe: 2-5; 6-9; 10-13; 14-16 år for dermed at inkludere forældre til børn i daginstitutioner til og med forældre til grundskolens ældste elever. Samtidig var målet at opnå en spredning i forhold til geografi (land/by/landsdele) og socioøkonomisk baggrund (uddannelse/indkomst).

Undersøgelse blev gennemført i marts 2024 med i alt 2.256 respondenter. Heraf blev 114 respondentsvar ekskluderet fra undersøgelsen på grund af fejlagtige svar på opmærksomhedstjek, 217 respondenter blev udelukket på grund af manglende tilsagn, mens 317 deltagere blev frascreenet, da deltagerkvoterne var opfyldt. I alt 1.608 kvalificerede respondenter deltog i undersøgelsen.

6.2 Spørgeskemaets indhold

I det følgende beskrives spørgeskemaundersøgelsen. Et fuldt overblik over spørgeskemaernes emner, anvendte begreber og referencer til forskning, hvorfra anvendte begreber og validerede skalaer kan henføres, vises i Bilag 4. Selve spørgeskemaet findes i Bilag 5. Spørgeskemaet inkluderer fire overordnede områder:

Sociodemografi og kontekst for forældrenes madsocialisering

I denne del blev respondenterne spurgt til deres baggrund, herunder køn, alder, familiestruktur, uddannelse, økonomisk situation samt region. Desuden gik en række spørgsmål på barnet, som var fokus på undersøgelsen, herunder alder, køn, nummer i søskenderækkefølgen samt opfattelse af kræsenhed hos barnet.

Spørgsmål om kontekst blev dækket via følgende emner

- Antal måltider, respondenter indtager med børnene
- Opfattelse af ansvar for at give deres børn mad
- Madlavningskompetencer
- Indkøbsmuligheder

Viden, holdning og adfærd relateret til sunde og bæredygtige eller klimavenlige spisevaner for respondenterne, barnet og i familien

Forældrene blev spurgt til deres opfattelse af, hvorvidt en liste af spisevaner er henholdsvis sunde for deres børn eller klimavenlige. Listen udspringer af Fødevarestyrelsens officielle kostanbefalinger (Fødevarestyrelsen, 2021), som i undersøgelsen er blevet tilføjet nogle få 'filler' spørgsmål om populære, men ikke officielt anbefalede, spisevaner. De 7 kostråd og de konstruerede spørgsmål findes i Tabel 2.

Tabel 2 Spørgsmål relateret til de officielle kostråd

Officielle kostråd	Spørgsmål: Hvor enig er du i, at følgende spisevaner er 1) sunde for dit barn 2) klimavenlige?
Spis planterigt, varieret og ikke for meget	<ul style="list-style-type: none"> - Spise planterigt - Spise varieret - Ikke at spise for meget
Spis flere grøntsager og frugter	<ul style="list-style-type: none"> - Spise flere grøntsager og frugter
Spis mindre kød – vælg bælgfrugter og fisk	<ul style="list-style-type: none"> - Spise mindre kød - Spise flere bælgfrugter (bønner, linser og kikærter) - Spise mere fisk
Spis mad med fuldkorn	
Vælg planteolier og magre mejeriprodukter	<ul style="list-style-type: none"> - Spise magre mejeriprodukter - Spise mindre animalsk fedt (fx smør)
Spis mindre af det søde, salte og fede	<ul style="list-style-type: none"> - Spise mindre af det søde, salte og fede (fx slik, snacks og kager)
Sluk tørsten i vand	<ul style="list-style-type: none"> - Slukke tørsten i vand
Ikke en del af kostrådene	<ul style="list-style-type: none"> - Kun spise 2 måltider om dagen - Spise mindre gluten - Spise mindre forarbejdet mad (fx pålægsprodukter og færdigretter) - Vælge sødemidler frem for sukker

Herudover indeholder spørgeskemaet en række spørgsmål om

- Hvilket kostmønster respondenter og barnet, henholdsvis, identificerer sig mest med (fx omnivore, fleksitar)
- Miljøvenlige forbrugsværdier (fx at lægge vægt på at købe produkter, som ikke skader miljøet)
- Prioritering af forskellige spisemønstre for respondenter og barnet (fx traditionelt, kødreduceret)
- Familiens spisevaner (fx at spise store portioner, prioritering af socialt samvær ved måltider)
- Motiver for fødevarervalg til barnet (fx principper for sund kost, økologisk produktion)
- Bæredygtige eller klimavenlige spisevaner i husstanden (fx begrænsning af forbrug af animalske produkter)
- Planer om at ændre familiens adfærd i en sundere eller mere "klimavenlig" retning
- Konkrete tiltag, som kan hjælpe med at ændre familiens kost i sundere og mere "klimavenlig" retning.
- Spisevaner, når det gælder "mindre sunde" og "sunde" snacking/mellemmåltider

Madsocialiseringsstrategier

I denne del blev forældrene spurgt til hvilke konkrete madsocialiseringsstrategier, respondenter benytter sig af. Der er tale om validerede skalaer, som overordnet set opdeler forældrenes madsocialiseringsstrategier som henholdsvis fremmende (struktur- eller autonomistøttende) eller hæmmende (tvangsprægede eller kontrollerende) for etableringen af sunde spisevaner hos barnet (Philippe et al., 2022). I forhold til denne rapport's fokus på sundhed og mindre klimabelastende spisevaner, blev en af strategierne om læring tilpasset projektets formål ved også at inkludere spørgsmål om kommunikation om bæredygtige spisevaner.

De fremmende strategier blev målt ved respondenterens rapporterede anvendelse af: *Monitering*, dvs. at "holde styr" på barnets indtag af slik og søde sager, *Involvering* af barnet i indkøb, tilberedning og planlægning af familiens måltider, *Modellering* (at spise sund mad selv for at vise barnet et godt eksempel), opfordre til *Balance og variation* i kosten, lære barnet om *Sundhed og bæredygtighed*.

De hæmmende strategier inkluderer anvendelse af: *Mad som belønning* for god opførsel, mad som *Følelsesregulering* (fx give barnet mad som trøst), *Pres for at spise*, *Restriktion* for at sikre barnet ikke spiser "for meget", samt manglende struktur eller *Kontrol* i forhold til barnets spisevaner.

I tilslutning til spørgsmålene om madsocialiseringsstrategier, blev forældrene bedt om at vurdere, hvorvidt de oplevede at have succes med de anvendte madsocialiseringsstrategier.

Valgekspærimet (DCE)

Spørgeskemaundersøgelsen indeholder et diskret valgekspærimet (DCE). Ekspærimetet går i enkelthed ud på at bede respondenter forestille sig, at denne skulle købe tre forskellige typer fødevarer til sit barn. Tre produktkategorier, nemlig pølser, pasta og søde snacks, blev udvalgt som relevante

kategorier at medtage, eftersom børn har høje præferencer for alle produkterne (Park et al., 2015). Et diskret valgekperiment er en almindelig anvendt metode til at undersøge præferencer for fødevareregenskaber. Ved sammenligning af DCE-estimeret præference og faktisk adfærd fandt Salampessy et al. (2015) et 74 % sammenfald på individniveau, hvilket anses for at være bedre end det, der kan opnås ved almindelige spørgemetoder.

Inden gennemførelsen af valgekperimentet blev deltagerne præsenteret for følgende introduktion: "Forskning viser, at folk nogle gange træffer andre valg i spørgeskemaer, end de ville gøre i det virkelige liv, for eksempel for at gøre et godt indtryk, eller fordi valget ikke har nogen reelle konsekvenser. Vi kalder disse socialt ønskværdige svar. Socialt ønskværdige svar får nogle gange forskere til at fejlbedømme, hvor ofte folk ville vælge noget i det virkelige liv. Vi beder dig forestille dig i dette spørgeskema, at du skal træffe et rigtigt madvalg. Du forventes at besvare spørgsmålene så ærligt som muligt og undgå socialt ønskværdige svar". Denne type introduktion i DCE-eksperimenter har vist sig at kunne reducere bias og dermed øge kvaliteten af data (Huls et al., 2023).

I DCE-eksperimentet blev respondenterne bedt om at foretage gentagne valg fra sæt af produktbeskrivelser, bestående af systematisk varierede kombinationer af forskellige produktegenskaber. Baseret på disse valg blev nytteværdier for hvert enkelt niveau af disse egenskaber og for den overordnede betydning af hver egenskab beregnet (Louviere et al., 2000).

De egenskaber, der indgik i produktbeskrivelserne, blev defineret med udgangspunkt i projektets formål vedrørende sunde og bæredygtige spisevaner. Produktbeskrivelserne for både pølser, pasta og snacks, varierede på fire egenskaber: Produkttype (mindre sundt og mindre bæredygtigt vs. mere sundt og mere bæredygtigt), Sundhedsoplysninger (ingen information, sundhedsanprisning), Miljøoplysninger (ingen information, miljøanprisning) og Pris (markedspris - 25 %, markedspris, markedspris +25 %). Se de præcise formuleringer og prisniveauer for pølser, pasta og snacks i Bilag 6.

Produktbeskrivelserne blev designet i Photoshop og præsenteret på samme måde i alle valgsæt (se eksempler i spørgeskemaet (Bilag 5)). I hvert valgsæt består af tre produktprofiler samt en mulighed for at undlade at træffe et valg. Deltagerne blev tilfældigt tildelt ét valgsæt pr. produktkategori.

I DCE-eksperimentet bliver respondenterne bedt om at foretage gentagne valg fra sæt af produktbeskrivelser, bestående af forskellige kombinationer af produktegenskaber i henhold til et forud specificeret faktorielt design. Baseret på disse valg kan nytteværdier for hvert enkelt niveau af disse egenskaber og den overordnede betydning af hver produktattribut beregnes (Louviere et al., 2000). DCE-eksperimentet blev placeret i starten af spørgeskemaet for at undgå, at spørgsmål om forældrenes prioritering af sundhed og bæredygtighed/klima skulle få en betydning for valg i eksperimentet.

6.3 Analyse

Beskrivende statistik (dvs. middelværdier, frekvenser, fordelinger osv.) blev brugt til at beskrive respondenternes opfattelser og adfærd. T-tests og ANOVA-analyser blev brugt til at teste forskelle mellem grupperne af respondenter med børn i forskellige aldersgrupper. Regressionsanalyser blev

anvendt til at vurdere hvilke faktorer, der ligger bag børns indtag af "sunde" og "mindre sunde" snacks samt planer om at ændre familiens spisevaner mod en sund og mindre klimabelastende kost.

Valgekspirimenterne blev analyseret i Latent GOLD 5.0 som en valganalyse med 1 klasse for hver af de tre testede produktkategorier. Som et resultat blev parameterestimer og valgsandsynligheder for anprisningernes samt attributternes betydning beregnet. De øvrige analyser blev udført med brug af den statistiske software IBM SPSS Statistics version 29.

6.4 Baggrund: Karakteristik af undersøgelsens deltagere og deres børn

Spørgeskemaundersøgelsen inkluderer 1608 respondenter, som alle er forældre til mindst et barn i en af aldersgrupperne: 2-5 år; 6-9 år; 10-13 år; 14-16 år. For at sikre en tilstrækkelig repræsentativitet i forhold til geografi og uddannelse var det målet at rekruttere 300-400 forældre i hver aldersgruppe, og det fremgår af Tabel 3 nedenfor, at dette lykkedes. I det endelige sample optræder 45% kvinder og respondenternes alder varierer mellem 20 og 55 år med en gennemsnitsalder på 39 år.

Tabel 3 *Sample- og populationskarakteristika (n=1608)*

	Gruppe 1 (2-5 år)	Gruppe 2 (6-9 år)	Gruppe 3 (10-13 år)	Gruppe 4 (14-16 år)	Total sample*	Population (DST)**
Køn (%)						
Mand	44,3	53,8	61,2	59,6	54,9	50,3
Kvinde	55,7	46,2	38,8	40,4	45,2	49,7
Forældres alder (år)						
18-34	69,9	34,8	16,5	14,1	33,4	33,6
35-49	28,6	59	62,7	46,9	49,1	27,1
50-70	1,5	6,3	20,7	39	17,5	39,4
Uddannelse^d						
Grundskole / gymnasial	38,1	30,5	26	22,7	29,2	28,5 ^a
Erhvervsfaglig / KVVU	26,9	28,9	35,6	36,9	32,2	36,3 ^b
MVU, LVU, Ph.D.	35,1	40,6	38,4	40,4	38,6	35,2 ^c
Region						
Hovedstaden	31,8	30,4	35,3	35,6	33,6	33,1
Sjælland	16,4	17,1	15,3	15,9	16,2	13,9
Syddanmark	20,4	22	20,5	18,9	20,4	20,4
Midtjylland	18,9	19,8	20	17,8	19,1	22,8
Nordjylland	12,4	10,6	8,9	11,8	11	9,8

* n=1608, survey færdiggjort april 2024. ** Populationen er voksne danskere mellem alderen 18-70. Populationsstatistik taget fra Danmarks Statistik 2024. Populationens køn og alder er opgjort marts 2024, uddannelse opgjort september 2023.

^{a,b,c} Opgørelse for populationens uddannelsesnivea er kun estimeret med data for alder 20-69.

^d uddannelse n=1604 grundet missing data

I Tabel 3 kan samplet sammenlignes med udtræk fra Danmarks statistik, når det gælder voksne danskere fra 18-70 år. Denne sammenligning er ikke helt retvisende, da populationen i dette tilfælde er voksne danskere, som har mindst et barn i alderen 2-16 år og i alderen 18-55 år. Med det forbehold,

og som det fremgår af Tabel 3, har stikprøven en lille overrepræsentation af mænd, eftersom knap 55% af undersøgelsens totale sample er mænd, mens det gælder omtrent 50% af befolkningen. I forhold til uddannelse og region følger samplet pænt fordelingen for populationen, mens der er små skævheder, når det gælder samplets aldersfordeling i de tre aldersgrupper 18-34, 35-49 og 50-70 år sammenlignet med DS; i undersøgelsen optræder flere forældre i aldersgruppen 35-49 år (ca. 49%) end i populationen (ca. 27%). Det er dog ikke overraskende, eftersom forældre i denne aldersgruppe ofte har flere børn, hvilket gør et forholdsvis stort antal i denne aldersgruppe vil være indenfor målgruppen for undersøgelsen. Samlet set vurderes det, at den samplet i tilstrækkelig grad er repræsentativ for målgruppen forældre til børn mellem 2-16 år. Herudover har Norstat vægtet datasættet, som betyder, at de små skævheder kan tages højde for i analyserne.

I nedenstående Tabel 4 vises en supplerende oversigt over respondenternes sociodemografiske data inklusiv familiestruktur og opfattet økonomisk status.

Tabel 4 *Familiestruktur, beskæftigelse og økonomisk situation*

Sociodemografiske data (%)	I alt (N=1608)
Familiestruktur	
Bor alene med barn/børn (19,1%)	307
Bor sammen med barnets far/mor (47,4%)	762
Samboende med barn/børn (32%)	515
Andet (1,5%)	24
Antal børn i husstanden under 18 år (gennemsnit)	1.71
Økonomisk situation (1 – vanskelig, 7 – velhavende)	
1 (2,4%)	38
2 (4,9%)	79
3 (13,1%)	211
4 (31,5%)	507
5 (33,1%)	532
6 (11,1)	179
7 (3,9%)	62
Beskæftigelse	
Fuldtidsarbejde (35 eller flere timer/ugen) (64,5%)	1037
Deltidsarbejde (34 timer/ugen eller mindre) (11,1%)	179
Studerende (9,5%)	152
Ledig (jobsøgende) (3,9%)	62
Hjemmegående (ikke jobsøgende) (4,4%)	70
Andet (6,7%)	108

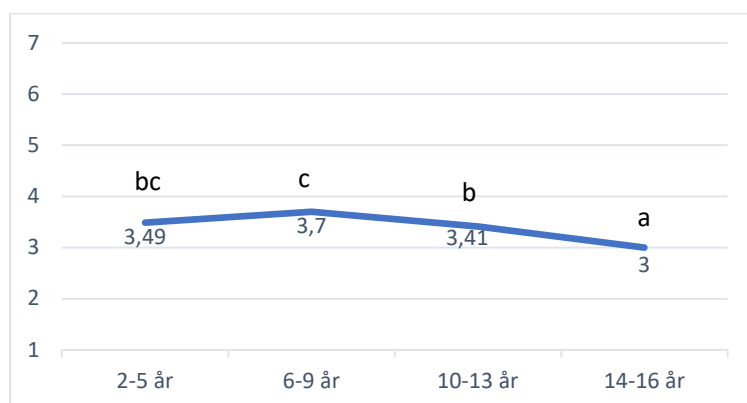
Det bemærkes, at knap halvdelen af respondenterne bor sammen med barnets far eller mor, en tredjedel er samboende med børn, mens en femtedel bor alene med deres barn og evt. barnets søskende. Omtrent 80% vurderer deres økonomiske situation som middelgod (=4) eller bedre. Andelen af respondenter med enten fuldtidsarbejde eller deltidsarbejde er ca. 75%.

Der er en jævn aldersfordeling i stikprøven med cirka 25% forældre til børn i hver aldersgruppe (2-5 år, 6-9 år, 10-13 år, 14-16 år). Der er en næsten ligelig fordeling mellem børnenes køn (piger= 49,3%). Når det kommer til barnets placering i søskenderækken, er 62,6% førstefødte, 23,7% er andet barn, 10% er tredje barn, og 3,7% er rangeret som andet.

Barnets kræsenhed, eller tilbageholdenhed overfor nye fødevarer kan gøre det vanskeligt for forældrene at komme i mål med at etablere sunde og bæredygtige spisevaner. I rapporten er kræsenhed målt via en etableret skala for "food fussiness" (Wardle, Guthrie, Sanderson, & Rapoport, 2001), hvor en score på 1 betyder, at forælderen er helt uenig i, at barnet udviser kræsen spiseadfærd, mens en score på 7 betyder, at forælderen er helt enig i, at barnet udviser kræsen spiseadfærd.

Som Figur 2 nedenfor viser, er forældre til børn på 6-9 år mest tilbøjelige til at være enige i, at barnet har kræsen spiseadfærd, mens forældre til børn på 14-16 år er mindst tilbøjelige til at mene dette. Det kan dog også konstateres, at for alle aldersgrupper ligger gennemsnittet under det neutrale midtpunkt (=4), hvilket betyder, at forældrene på tværs af aldersgrupperne generelt set er mere tilbøjelige til at være uenige end enige i, at deres barn udviser kræsen spiseadfærd.

Figur 2 Kræsen spisevaner og aldersgrupper (n=1608)



Grupper med forskellige notationer (a,b,c) adskiller sig signifikant ($p < 0.05$) fra hinanden. Testet med ANOVA med Scheffe og Dunnett T3 som post hoc test.

7 Resultater: Spørgeskemaundersøgelsen

Barnets og forældrerens spisevaner samt viden og holdninger, når det gælder sunde og mindre klimabelastende madvaner, præsenteres i det følgende afsnit. Herunder præsenteres også resultaterne af analyserne af, hvilke madsocialiseringsstrategier, forældrene angiver at anvende i forbindelse med deres barns spisevaner i hjemmet.

Dernæst præsenteres resultaterne af DCE-eksperimentet. Relevante forbrugersegmenter udledes på basis af respondenternes produktvalg i eksperimentet, og segmenternes profileres i forhold til blandt andet demografiske data og holdninger.

Der er efterfølgende et fokus på "snacking" – hvad rapporterer forældrene, at børnene spiser som snacks i de forskellige aldersgrupper. De bagvedliggende årsager til børnenes indtag af henholdsvis sunde og mindre sunde snacks relateres til forældrenes brug af forskellige madsocialiseringsstrategier.

Til slut fremlægges en analyse af, hvilke drivkræfter, der kan anvendes til at forudsige, hvorvidt forældrene, som repræsentant for børnefamilier med børn i forskellige aldre, planlægger at spise mere sundt og mindre klimabelastende i fremtiden.

Når det skønnes relevant, vil der i fremlæggelsen af resultaterne løbende angives, hvorvidt der findes signifikante forskelle, når det gælder de aldersgrupper, undersøgelsen inddrager.

7.1 Barnets og familiens spisevaner

I Tabel 5 nedenfor vises hvor mange måltider forældrene rapporterer at spise sammen med barnet i løbet af en almindelig uge i alt og efter hver aldersgruppe.

Det kan bemærkes, at med barnets stigende alder ses der en jævn nedadgående trend, når det gælder det antal måltider, som forældre spiser med deres børn. Således gælder det f.eks., at forældrene rapporterer at spise i gennemsnit 5,5 ugentlige morgenmåltider med deres 2-5-årige barn, mens gennemsnittet for ugentlige morgenmåltider med 14-16-årige børn kun er 3.1. Ikke overraskende er det måltid, som mindst hyppigt bliver spist sammen, frokostmåltidet, mens det også er tydeligt, at aftensmåltidet prioriteres i børnefamilierne som et samlingspunkt. Således spises i gennemsnit mellem knap 6 og 7 aftensmåltider sammen med barnet i alle aldersgrupper.

Tabel 5 Antal måltider spist sammen med barnet i løbet af en almindelig uge efter aldersgruppe (n=1608)

Måltider med børnene	Aldersgruppe	n	Gns. ¹
Morgenmad	2-5 år	401	5.5 ^d
	6-9 år	400	4.7 ^c
	10-13 år	402	3.8 ^b
	14-16 år	405	3.1 ^a
	Total	1608	4.3
Frokost	2-5 år	401	2.8 ^c
	6-9 år	400	2.5 ^{bc}
	10-13 år	402	2.4 ^{ab}
	14-16 år	405	2.1 ^a
	Total	1608	2.4
Aftensmad	2-5 år	401	6.7 ^c
	6-9 år	400	6.6 ^c
	10-13 år	402	6.2 ^b
	14-16 år	405	5.9 ^a
	Total	1608	6.4

Spørgsmål: Hvor mange måltider spiser du sammen med dit barn på en almindelig uge? Angiv venligst det omtrentlige antal måltider, Morgenmad (1-7), frokost (1-7), aftensmad (1-7)
Gennemsnit med forskellige notationer (a,b,c,d) adskiller sig signifikant (p<0.05) fra hinanden. Testet med ANOVA med Scheffe og Dunnett T3 som post hoc test.

Overordnet kostprincip

Nedenfor ser vi på, hvilket overordnet kostprincip forælderen og barnet, ifølge den voksne respondent, følger.

Tabel 6 Hvilket overordnet kostprincip følger forælderen og barnet?

Beskrivelse af kostprincip	Barn, antal (%)	Respondent, antal (%)
Omnivor (spiser "alt", dvs. både plantebaserede fødevarer og animalske produkter)	1449 (90.1)	1413 (87.8)
Pescetar (spiser fisk, men ikke kød)	21 (1.3)	17 (1.1)
Fleksitar (spiser hovedsageligt plantebaseret, animalske fødevarer reduceres i betydelig grad)	65 (4.0)	87 (5.4)
Vegetar (spiser plantebaseret, dog inkluderes æg og mejeriprodukter)	20 (1.2)	27 (1.7)
Vegansk (spiser plantebaseret, udelukker alle former for animalske fødevarer)	4 (0.2)	12 (0.7)
Andet (angiv venligst):	49 (3.0)	52 (3.2)

Spørgsmål: Hvilken diæt identificerer du (dit barn) dig (sig) mest med?

I Tabel 6 vises, i hvor høj grad henholdsvis respondenterne og barnet følger overordnede kostprincipper, som bliver defineret i litteraturen som enten omnivor, pescetar, fleksitar, vegetar, vegansk eller "andet" (Lassen et al., 2020). I et forsøg på at sikre, at respondenterne opfattede spørgsmålet på linje med definitionerne (fx at en fleksitar spiser hovedsageligt plantebaseret, animalske fødevarer udelukkes i betydelig grad), blev definitionerne på kostprincipperne også præsenteret i spørgeskemaet.

Knap 88% af respondenterne svarer, at deres kostprincip kan karakteriseres som "omnivor", og det samme gælder omtrent 90% af de børn, som er fokus for undersøgelsen (Tabel 6). Det næstmest anvendte kostprincip er "fleksitar" med 5% og 4% blandt henholdsvis voksne og børn. Meget få respondenter angiver, at de, eller deres barn, følger en pescetarisk, vegetarisk eller vegansk kost. Det ses, at omtrent 3% har angivet, at respondenterne og barnet følger en anden kost. Fritekstsvarene ("Andet") indeholder vidt forskellige bud, såsom fx glutenfri kost, Keto eller "almindeligt og varieret". Der er kun minimale forskelle mellem de fire aldersgrupper i henholdsvis forældrenes og børnenes tendens til at følge et bestemt kostprincip (Bilag 7). Alt i alt er der god overensstemmelse med deltagernes kostvaner, og andre, nyere undersøgelser af danskernes kostvaner (fx, Hesselberg, Skjøt, Lähteenmäki, Bech-Larsen, & Grønhøj, 2021).

Forældrenes opfattelse af vigtigheden af forskellige kostvaner

Dernæst ser vi på, i hvor høj grad respondenterne lægger vægt på forskellige kostvaner, når det gælder deres egne spisevaner men også for deres børn.

Tabel 7 indikerer, at forældrenes opfattede vigtighed af forskellige spisevaner for dem selv og deres børn følges ad enkeltvis⁶: En varieret og sund kost med begrænsede mængder snacks og søde sager opfattes som vigtigt for forældrene selv såvel som for deres børn, mens en kost, som indebærer en reduktion af animalske produkter (kødreduceret, med ingen/begrænsede mængder oksekød, med begrænsede mængder mælkeprodukter) alle scorer under middel (svarende til gennemsnitligt "uenig"- "delvis uenig") på spørgsmålet om, hvorvidt respondenterne lægger vægt på den pågældende spisevane.

Der findes små forskelle i forældrenes opfattelse af de respektive kostvaners vigtighed i de forskellige aldersgrupper, deres børn repræsenterer. Mest bemærkelsesværdigt er, at forældre til 2-5-årige sammenlignet med 14-16-årige børn i højere grad opfatter en *sund og varieret kost* for deres børn som vigtig. Og på samme måde gælder det, at forældre til de lidt ældre børn (10-16) ikke i lige så høj grad prioriterer at begrænse mængden af *snacks og søde sager*, som forældre til de yngre børn på 6-9 år. Herudover ses det, at prioritering af *lavt kalorie- og fedtindhold* i børnenes kost er signifikant mere fremtrædende for forældre til de 10-16-årige børn, end det gælder for forældre til de 2-9-årige børn.

⁶ Parvise t-tests mellem forældres prioriteringer for henholdsvis dem selv og deres børn korrelerer fra 0,5 (lavt kalorieindhold) til 0,87 ("med begrænsede mængder oksekød" og "traditionel")

Tabel 7 Hvilke spisevaner lægger forældrene vægt på? (n=1608)

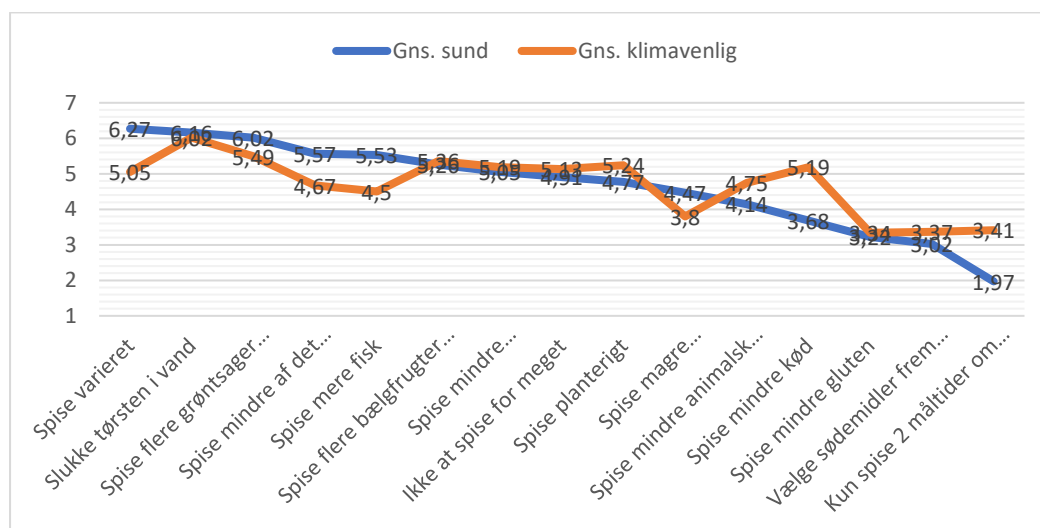
Spisevaner	For mig selv (gns.)	For mit barn (gns.)	Aldersgruppe	For mit barn (gns. grupper*)
Varieret	5.89	5.95	2-5 år	6.10 ^b
			6-9 år	5.97 ^b
			10-13 år	5.88 ^a
			14-16 år	5.85 ^a
Sund	5.56	5.66	2-5 år	5.83 ^b
			6-9 år	5.69 ^b
			10-13 år	5.60 ^a
			14-16 år	5.54 ^a
Med begrænsede mængder snacks og søde sager	4.84	4.89	2-5 år	4.96 ^{ab}
			6-9 år	5.06 ^b
			10-13 år	4.77 ^a
			14-16 år	4.79 ^a
Med højt proteinindhold	4.78	4.61	2-5 år	4.57
			6-9 år	4.55
			10-13 år	4.71
			14-16 år	4.62
Traditionel (f.eks. kød, kartofler og salat)	4.51	4.58	2-5 år	4.50
			6-9 år	4.57
			10-13 år	4.66
			14-16 år	4.56
Med lavt fedtindhold	4.47	3.97	2-5 år	3.66 ^b
			6-9 år	3.83 ^b
			10-13 år	4.15 ^a
			14-16 år	4.21 ^a
Med lavt kalorieindhold	4.29	3.57	2-5 år	3.10 ^a
			6-9 år	3.53 ^b
			10-13 år	3.82 ^{bc}
			14-16 år	3.84 ^c
Med lavt indhold af kulhydrater	3.88	3.45	2-5 år	3.23 ^a
			6-9 år	3.51 ^{ab}
			10-13 år	3.51 ^{ab}
			14-16 år	3.55 ^b
Kødreduceret	3.35	3.15	2-5 år	3.19
			6-9 år	3.13
			10-13 år	3.18
			14-16 år	3.10
Med ingen/begrænsede mængder oksekød	3.34	3.27	2-5 år	3.30
			6-9 år	3.25
			10-13 år	3.17
			14-16 år	3.35
Med begrænsede mængder af mælkeprodukter	3.04	2.79	2-5 år	2.71
			6-9 år	2.79
			10-13 år	2.87
			14-16 år	2.79
Glutenfri	2.03	1.97	2-5 år	1.90
			6-9 år	1.92
			10-13 år	1.98
			14-16 år	2.06

Spørgsmål: Angiv venligst, i hvor høj grad du lægger vægt på følgende spisevaner for dig selv og dit barn. Jeg lægger vægt på, at maden skal være xx, 1=helt uenig- 7=helt enig
 Gennemsnit med forskellige notationer (a,b,c) adskiller sig signifikant (p<0.05) fra hinanden. Testet med ANOVA med Scheffe og Dunnett T3 som post hoc test.

Opfattelse af sunde og klimavenlige spisevaner

På baggrund af nuværende officielle kostråd (Fødevarestyrelsen, 2021) blev respondenterne bedt om at vurdere, hvorvidt en række spisevaner/kostråd er henholdsvis sunde for deres barn / klimavenlige (Figur 3).

Figur 3 Forældrenes opfattelse af sunde og klimavenlige spisevaner (n=1608)



Spørgsmål: "På en skala fra 1 til 7, hvor enig er du i, at følgende spisevaner er sunde for dit barn?"; "På en skala fra 1 til 7, hvor enig er du i, at følgende spisevaner er klimavenlige?"⁷

Bortset fra spørgsmål om at "Spise mindre forarbejdet mad", "Spise mindre gluten", "Vælg sødemidler frem for sukker" og "Kun spise 2 måltider om dagen" er de anvendte udsagn enten direkte afledt af, eller en lettere omskrivning af de 7 kostråd (jf. afsnit 0, se den fulde ordlyd i Bilag 5). Når det gælder forældrenes opfattelse af, hvilke *officielle* kostråd, der er *sunde* for deres børn, topper at "Spise varieret", "Slukke tørsten i vand" samt "Spise flere grøntsager og frugter" listen. Når det gælder forældrenes opfattelse af, hvilke officielle kostråd, der scorer lavest som sunde for deres børn, finder vi "Spise mindre kød" samt "Spise mindre animalsk fedt (fx smør)".

Når det gælder opfattelsen af *klimavenlige* spisevaner topper "Slukke tørsten i vand", "Spise flere grøntsager og frugter" samt "Spise flere bælgfrugter" listen, mens "Spise magre mejeriprodukter" og "Spise mere fisk" opfattes som de *mindst* klimavenlige råd, som kan genfindes i de 7 kostråd.

Det kan også bemærkes, at der ikke er perfekt sammenfald mellem opfattelsen af, hvad der er sundt for henholdsvis barnet og klimaet: Der er signifikante forskelle mellem alle sunde/klimavenlige "par" i

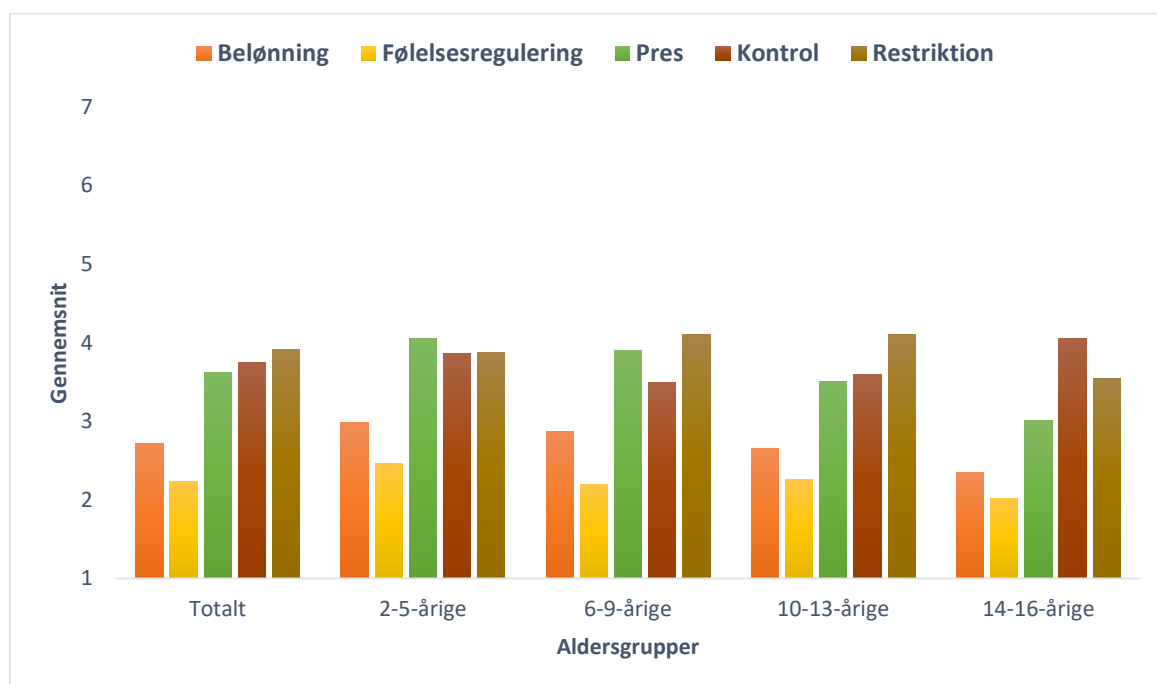
⁷ **Spise sundt:** "Spise varieret", "Slukke tørsten i vand" samt "Spise flere grøntsager og frugter" adskiller sig signifikant ($p > 0.05$) og fra at "Spise mindre af det søde, salte og fede", mens de to næste "Spise mindre af det søde, salte og fede" samt "Spise mere fisk" ikke adskiller sig signifikant fra hinanden. **Spise klimavenligt:** "Spise mindre kød" samt at "Spise mindre animalsk fedt" adskiller sig signifikant fra hinanden ($p > 0.05$) og fra "At spise magre mejeriprodukter". "Slukke tørsten i vand", "Spise flere grøntsager og frugter" samt "Spise flere bælgfrugter" adskiller sig signifikant ($p > 0.05$). "Spise magre mejeriprodukter" og "Spise mere fisk" adskiller sig signifikant fra hinanden ($p > 0.05$) og fra at "Spise mindre af det søde, salt og fede". "At spise mindre af det søde, salte og fede" adskiller sig ikke signifikant ($p > 0.05$) fra "Spise mindre animalsk fedt".

forhold til opfattelsen af, om den pågældende spisevane er sund for barnet og klimavenlig. De største forskelle findes mellem at "Spise mindre kød" ($t=-35,3$, $p<0,001$), "Spise varieret" ($t=30,1$, $p<0,001$), "Spise mere fisk" ($t=24,9$, $p<0,001$) samt "Spise mindre af det søde, salte og fede" ($t=21,5$, $p<0,001$); her opfatter forældrene generelt set rådet om at spise mindre kød som klimavenligt, men mindre sundt for deres børn, mens det for de øvrige spisevaner med store forskelle gælder, at forældrene opfatter spisevanerne/kostrådene som sunde for deres børn, men i mindre grad klimavenlige. Når det gælder rådet om at "Spise flere bælgfrugter" opfatter forældrene det som lidt mere klimavenligt end sundt for barnet; her findes den mindste forskel mellem opfattet sundhed for barnet og klimavenligt ($t=-2,5$, $p<0,05$).

7.2 Madsocialiseringsstrategier

I nedenstående Figur 4, vises resultaterne af analyserne af forældrenes brug af madsocialiseringsstrategier, opdelt i henholdsvis kontrol- og tvangsorienterede ("uhensigtsmæssige") samt struktur- og autonomistøttende ("hensigtsmæssige") strategier.

Figur 4 Kontrol- og tvangsorienterede madsocialiseringsstrategier ($n=1608$)



Spørgsmåleksempler (1=helt uenig-7=helt enig): **Belønning:** Jeg tilbyder søde sager og snacks til mit barn som belønning for god opførsel; **Følelsesregulering:** Når mit barn bliver ked af det, giver jeg ham/hende noget at spise eller drikke selv om han/hun ikke er sulten; **Pres:** Hvis mit barn kun spiser en lille portion, prøver jeg at få ham/hende til at spise mere; (manglende) **Kontrol:** Jeg giver mit barn lov til at spise snacks, når han/hun har lyst; **Restriktion:** Hvis jeg ikke styrede eller regulerede mit barns spisning, ville han/hun spise for meget af sin yndlingsmad.

Som Tabel 8 over Kontrol- og tvangsorienterede strategier viser, rapporterer forældrene totalt set at være helt eller delvis uenige i (alle middelværdier er under 4) i, at de anvender de pågældende strategier.

Tabel 8 Kontrol- og tvangsorienterede strategier (n=1608)

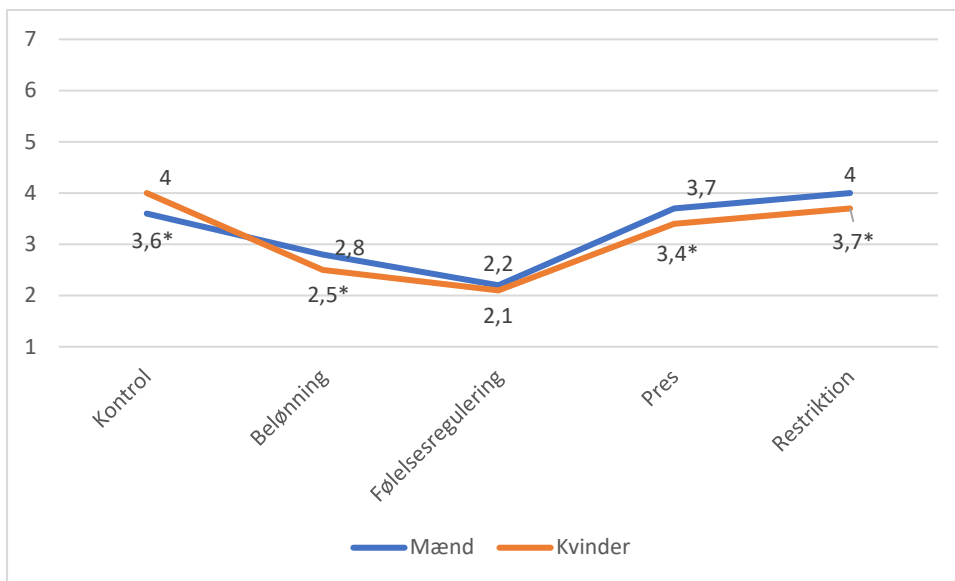
	Totalt	2-5-årige	6-9-årige	10-13-årige	14-16-årige
Belønning	2,72	2,99 ^c	2,87 ^{bc}	2,66 ^b	2,35 ^a
Følelsesregulering	2,23	2,46 ^c	2,20 ^{ab}	2,26 ^{bc}	2,02 ^a
Pres	3,62	4,05 ^c	3,90 ^c	3,51 ^b	3,01 ^a
Kontrol	3,75	3,86 ^b	3,49 ^a	3,60 ^a	4,06 ^b
Restriktion	3,91	3,88 ^b	4,10 ^b	4,11 ^b	3,55 ^a

Gennemsnit med forskellige notationer (a,b,c) adskiller sig signifikant ($p < 0.05$) fra hinanden. Testet med ANOVA med Scheffe og Dunnett T3 som post hoc test.

"Restriktion" (i forhold til at regulere, at barnet ikke spiser for meget) er den oftest brugte strategi på tværs af aldersgrupperne. Det kan dog præciseres, at dette især gælder for forældre til børn i de 3 yngste aldersgrupper (2-13 årige), hvorimod de ældste i højere grad selv får lov at styre eget madindtag. Som det også kan udledes af analyserne på tværs af aldersgrupperne, anvendes de kontrol- og tvangsorienterede strategier generelt set i højere grad på de yngste børn, dog ses mere blandede resultater for "Kontrol". Det er måske ikke så overraskende, at denne type strategier primært finder anvendelse hos mindre børn, hvor forældre kan have udfordringer med at socialisere deres børn imod forældrenes ønskede mål. Det er dog værd at bemærke, at forældrene angiver at være relativt enige (lidt over middel) i at bruge "pres" og "restriktion" i madsocialiseringen af deres små (2-9 årige) børn, mens de større børn i højere grad oplever, at forældrene slækker på rammerne for madsocialiseringen ("kontrol") hvilket kan have uheldige konsekvenser i forhold til børnenes sunde spisevaner (Varela et al., 2023).

Når det gælder kønsforskelle i madsocialiseringen i forhold til de kontrol- og tvangsorienterede strategier, viser der sig små forskelle. Som Figur 5 nedenfor viser, angiver kvinder gennemsnitligt (og på tværs af aldersgrupper) at være mest tilbøjelige til at anvende kontrolstrategier, mens mænd er mere tilbøjelige end kvinder til at anvende belønning, pres og restriktion, hvilket også er på linje med eksisterende forskning på området (fx Phillipe et al., 2022).

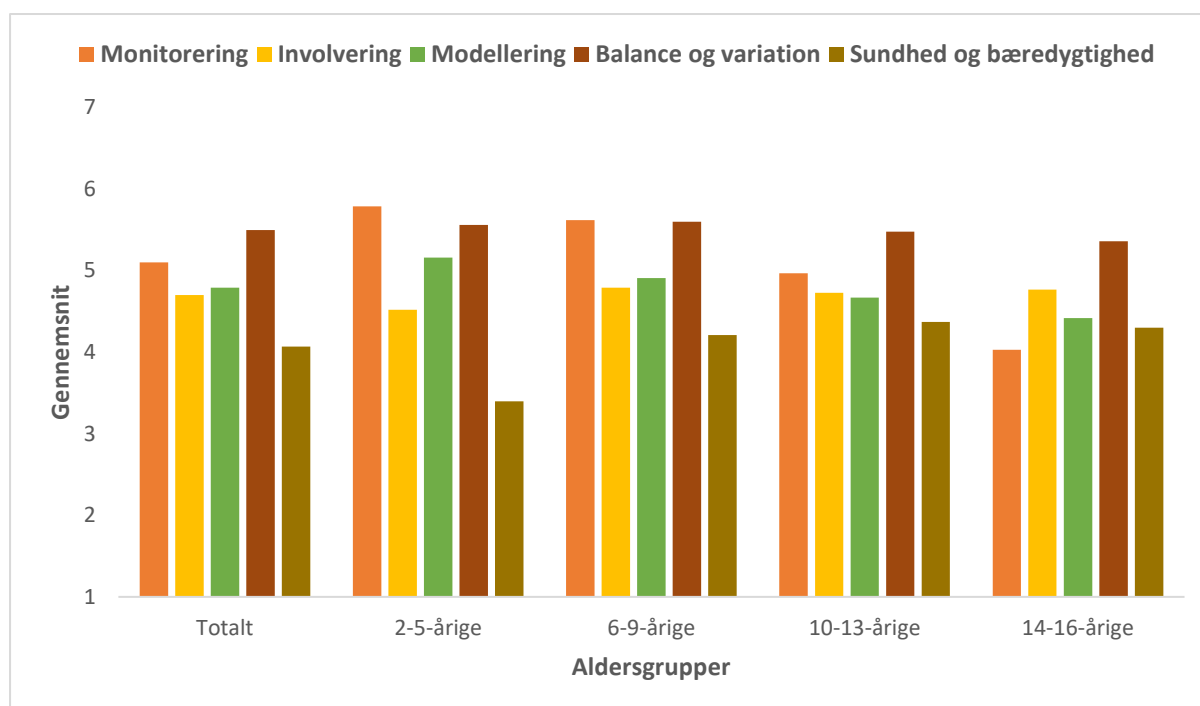
Figur 5 Køn og kontrol- og tvangsorienterede strategier (n=1608)



Testet med t-tests. Signifikante forskelle mellem mænd og kvinder er angivet med (*).

Når det gælder de struktur- og autonomistøttende strategier, tiltrækker tilskyndelsen til "Balance og variation" i kosten sig den største enighed blandt forældrene totalt set, jf. Figur 6 herunder. Og når det gælder den nævnte strategi, er der heller ikke stor variation blandt aldersgrupperne – dvs. på tværs af aldersgrupper prioriterer forældrene at tilskynde til en variation i børnenes kost. Der er dog ret store forskelle mellem aldersgrupperne, når det gælder andre praksisser, såsom at kommunikere med børnene om "Sundhed og bæredygtighed", hvilket i mindre grad bliver rapporteret blandt forældrene til de yngste børn. Omvendt er "Monitorering" (dvs. at "holde styr" på barnets forbrug af søde sager) i højere grad en praksis, som anvendes blandt forældre til de yngste børn.

Figur 6 Struktur- og autonomistøttende strategier (n=1608)



Spørgsmåleksempler (1=helt uenig-7=helt enig): **Monitorering:** Jeg holder styr på de søde sager (slik, is, kage), som mit barn spiser; **Involvering:** Jeg lader mit barn hjælpe med at tilberede familiens måltider; **Modellering:** Jeg viser mit barn, hvor meget jeg nyder at spise sund mad; **Balance og variation:** Jeg opmuntrer mit barn til at prøve nye fødevarer; **Sundhed og bæredygtighed:** Jeg taler med mit barn om, hvorfor det er vigtigt at spise sundt.

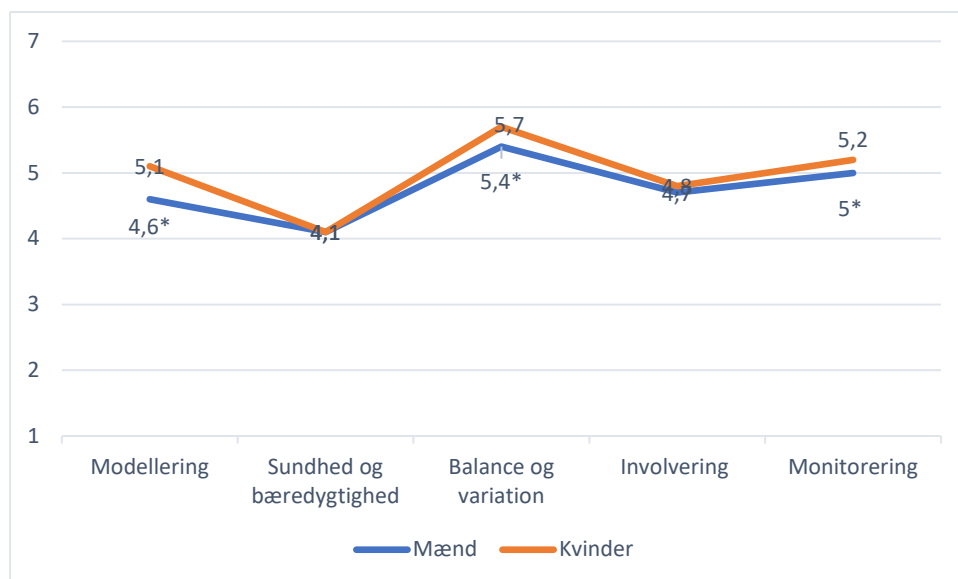
Tabel 9 Struktur- og autonomistøttende strategier

	Totalt	2-5-årige	6-9-årige	10-13-årige	14-16-årige
Monitorering	5,10	5,79 ^c	5,62 ^c	4,97 ^b	4,03 ^a
Involvering	4,70	4,52 ^a	4,79 ^b	4,73 ^{ab}	4,77 ^b
Modellering	4,79	5,16 ^c	4,91 ^{bc}	4,67 ^{ab}	4,42 ^a
Balance og variation	5,50	5,56 ^{ab}	5,60 ^b	5,48 ^{ab}	5,36 ^a
Sundhed og bæredygtighed	4,07	3,40 ^a	4,21 ^b	4,37 ^b	4,30 ^b

Gennemsnit med forskellige notationer (a,b,c) adskiller sig signifikant ($p < 0.05$) fra hinanden. Testet med ANOVA med Scheffe og Dunnet T3 som post hoc test.

I forhold til kønsforskelle i brugen af disse strategier, viser det sig også små forskelle, idet mødre i lidt højere grad er tilbøjelige til at bruge de struktur- og autonomistøttende strategier, når det gælder modellering, balance og variation samt monitorering.

Figur 7 Køn og struktur- og autonomistøttende strategier (n=1608)



Testet med t-tests. Signifikante forskelle mellem mænd og kvinder er angivet med (*).

Samlet set viser det sig, at både fædre og mødre i højere grad rapporterer at anvende de, for sunde spisevaner "fremmende", struktur- og autonomistøttende strategier, heriblandt især tilskyndelsen til balance og variation i kosten og i mindre grad de "hæmmende" strategier.

Opfattelse af succes med de anvendte madsocialiseringsstrategier

Forældrene blev bedt om at vurdere deres succes med ovenstående strategier i deres madsocialiseringspraksisser. Her blev respondenterne bedt om at angive (på en skala fra 1=helt uenig-7=helt enig), hvorvidt "Jeg føler generelt, at jeg har succes med at gennemføre strategierne"; "Jeg føler, at jeg ofte møder udfordringer, når jeg skal gennemføre strategierne"⁸; og "Jeg har dårlig samvittighed over nogle af mine strategier eller over ikke at følge dem"⁸. Gennemsnittet på 4,56 for alle tre strategier, som her udgør begrebet "opfattelse af succes med madsocialiseringspraksisser" indikerer, at forældrene er mere enige end uenige i at de anvender de nævnte strategier med succes.

⁸ Udsagnene er vendt om i analysen.

Tabel 10 *Opfattelse af succes med madsocialiseringspraksisser*

Forklaringsgrad (Adj. R²)=0,32	Standardiserede B-koefficienter
Forældres køn	-.025
Barns kræsenhed	-.338*
Barns alder	-.022
Barns køn	-.011
Kontrol	-.002
Belønning	-.113*
Følelsesregulering	-.108*
Pres	-.046
Restriktion	-.203*
Modellering	-.068*
Sundhed og bæredygtighed	.013
Balance og variation	.006
Involvering	.106*
Monitorering	.127*

Regression hvor * indikerer signifikante ($p < 0,05$) effekter. En positiv B-værdi betyder, at en højere score er forbundet med opfattelse af succes ved anvendelse af de madsocialiseringsstrategier, forældrene angiver at anvende.

Det viser sig (se Tabel 10), at en højere score på mange af de "hæmmende" strategier, herunder "belønning", "følelsesregulering" og "restriktion" har en negativ effekt på forældrenes vurdering af succes i deres brug af de nævnte strategier. "Pres" er marginalt signifikant ($p = 0,051$), mens modellering også har en lille, måske lidt overraskende, negativ effekt. Derimod har "involvering" og "monitorering" positive effekter på forældrenes vurdering af, hvorvidt de lykkes i deres rapporterede forsøg på madsocialisering. Det kan også konstateres, at barnets kræsenhed spiller en rolle – hvis forældrene oplever, at barnet er afvisende over for ny mad, er de mindre tilbøjelige til at opleve, at deres madsocialiseringsforsøg lykkes. Det er et interessant resultat, som bekræfter formodningen om, at det er vigtigt at støtte forældre i at udøve struktur- og autonomistøttende strategier, og især virker det vigtigt, at forældrene støttes til at undlade at anvende kontrol- og tvangsprægede strategier i deres madsocialisering.

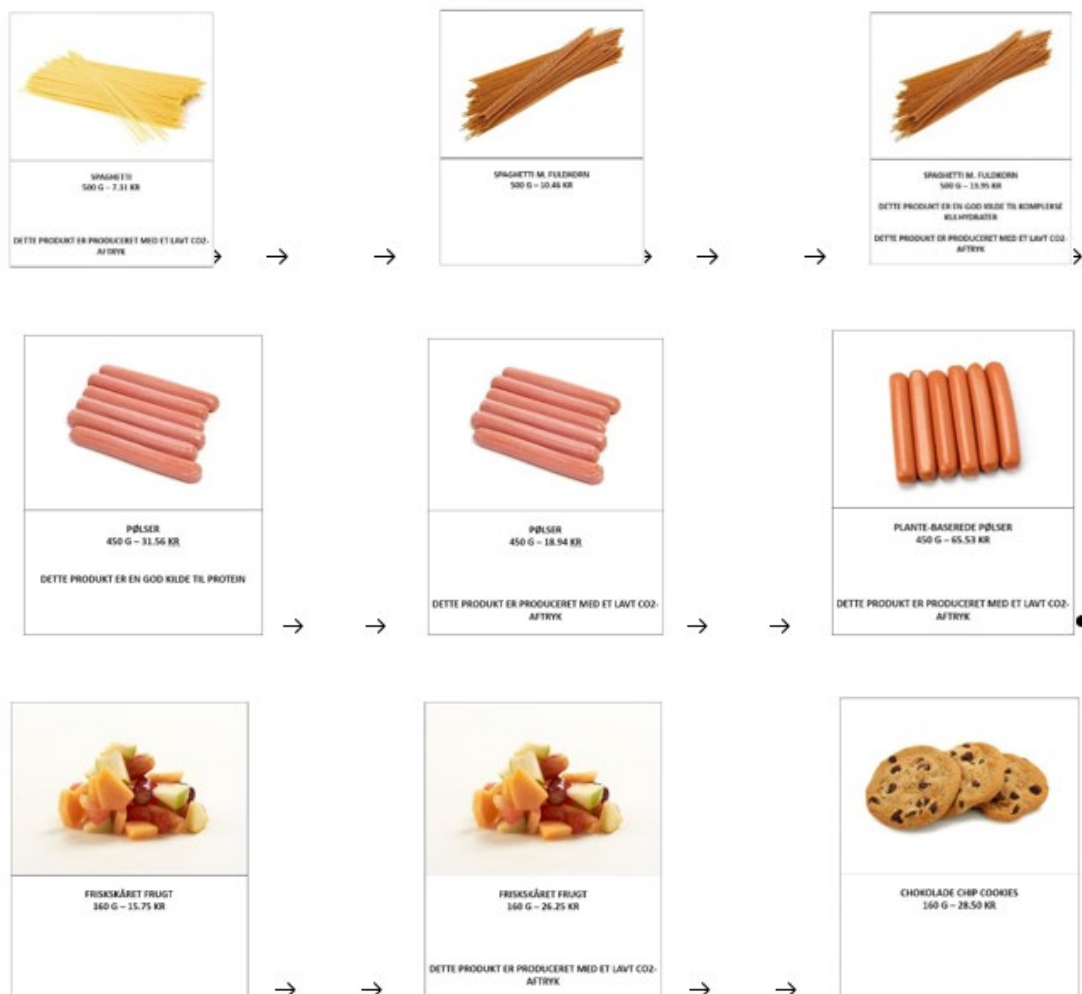
7.3 Valgekspériment (DCE)

Som det blev fremført i metodeafsnittet, er valgekspérimentet gennemført blandt forældrene i undersøgelsen, fordi der ofte er uoverensstemmelse mellem forbrugernes generelle holdninger til at spise sundt og bæredygtigt, og deres valg af og mellem konkrete fødevarer.

I valgekspérimentet blev respondenterne bedt om at vælge blandt tre alternativer for tre fødevarer: 1. Pølser: kød/plantebaserede, 2. Spaghetti: almindelige/fuldkorn og 3. Snacks: cookies/frugt. Hver af disse fødevarer varierede herudover på 3 faktorer: Pris, information om bæredygtighed samt information om sundhed, se Figur 8 og

Bilag 6. For at øge realismen i eksperimentet var der desuden mulighed for at undlade at vælge nogen af de viste alternativer.

Figur 8 *Eksempler på produkter i valgekserimentet*



På grundlag af forældrenes valg mellem de hypotetiske produkter og med Latent class analyser (LCA) blev respondenterne kategoriseret i segmenter. Analysen giver mulighed for at estimere det antal segmenter, der bedst forklarer respondenternes valg (Wedel et al., 1999) For alle tre produkttyper, viste LCA, at en løsning med 2 segmenter giver den bedste forklaringsgrad.

For alle tre produkttyper gælder det, at det ene af forbrugersegmenterne har en højere præference for de mere sunde/bæredygtige råvarer (delvist plantebaseret, fuldkorn og frugt) end det andet. De enkelte respondenter præferencer for sundhed og bæredygtighed er ikke konsistente på tværs af produkttyperne. Således var der kun 3,7% af respondenterne, der kunne kategoriseres som konsistent bæredygtige/sundhedsbevidste på tværs af produkttyperne. På tværs af pølse- og spaghetti-eksperimenterne gjaldt dette for ca. halvdelen (52%) af respondenterne. Da dette er utilstrækkeligt til at det giver mening at gennemføre en analyse på tværs af produkttyperne, beskrives resultaterne af de tre valgekserimenter for hver af de tre produkttyper. Nedenfor beskrives segmenterne først ud fra deres

valg mellem produktbeskrivelserne. Derefter profileres segmenterne i forhold til demografiske og andre variable i spørgeskemaet.

7.3.1 Valg af pølser

De to segmenter for dette eksperiment kan overordnet set beskrives ved følgende:

- "Kødsegmentet" omfatter 76% af respondenterne. De er primært drevet af en klar præference for kødbaserede pølser. Prisen er vigtig og sundhedsoplysninger har også en vis betydning. De går ikke særligt meget op i bæredygtighedsinformation.
- "Bæredygtighedssegmentet" omfatter 24% af respondenterne, som primært er drevet af deres præference for bæredygtighedsinformation, men de er ikke særligt interesserede i sundhedsinformation. De er åbne overfor plantebaserede produkter, men flertallet foretrækker dog de kødbaserede produkter. Prisen er vigtig, men ikke i så høj grad som for kødsegmentet.

Nedenfor gives en mere detaljeret beskrivelse af de to forbrugersegmenter. Alle respondenterne i "kødsegmentet" ville vælge et produkt, hvor råvaren kun består af kød, mens dette gælder for 54% af respondenterne i det andet segment. Det er også næsten alle (med 94% sandsynlighed) respondenterne i bæredygtighedssegmentet, der vil vælge et produkt med bæredygtighedsinformation, mens dette kun gælder for 42% af respondenterne i "kødsegmentet". For dette segment var der desuden 83% sandsynlighed for at vælge et produkt med oplysninger om produktets sundhed, mens dette kun gjaldt for 9% af respondenterne i "bæredygtighedssegmentet". Endeligt er der i "kødsegmentet" henholdsvis 60% og 96% sandsynlighed for at vælge den laveste pris for den kød- og den plantebaserede produktvariant. I "bæredygtighedssegmentet" gælder dette for henholdsvis 44% og 0% af respondenterne. Her skal det huskes, at priserne for den plantebaserede variant i overensstemmelse med virkeligheden er sat højere end for den kødbaserede variant.

Profilerings

Der var ikke forskel på køn og alder for respondenterne i de to segmenter, og det var der heller ikke med hensyn til alderen på det barn, der blev svaret for.

I spørgeskemaet er forældrene blevet spurgt om deres holdninger til kostrådene, samt hvad de lægger vægt på, når de køber mad til deres børn, herunder om kosten skal være traditionel, kødreduceret, kaloriefattig eller indeholde begrænsede mængder af snacks og søde sager. Ved at analysere svarene på disse spørgsmål kan der opnås en bedre forståelse af motiverne bag de valg, som segmenteringen er baseret på.

I overensstemmelse med deres produktvalg lagde forældrene i "bæredygtighedssegmentet" i forhold til "kødsegmentet" signifikant større vægt (Anova, $p < 0,01$) på, at den mad de tilbyder deres børn skal være kødreduceret. Forældrene i "kødsegmentet" lagde omvendt signifikant større (Anova, $p < 0,01$) vægt på, at den mad de tilbyder deres børn, er traditionel. Det blev også undersøgt om forældrene i de

to segmenter er forskellige med hensyn til deres vurdering af barnets kræsenhed samt med hensyn til den betydning de tillægger sundhed, når de køber mad til barnet. Det var ikke tilfældet.

Tabel 11 nedenfor viser de to segmenters gennemsnitlige enighed i, hvorvidt en række udvalgte kostråd⁹ er henholdsvis klimavenlige og sunde for det barn, som forældrene baserer deres svar på. Det fremgår, at forældrene i "bæredygtighedssegmentet" i forhold til respondenterne i "kødsegmentet" var mere tilbøjelige til at mene, at det er *sundt* for deres barn at spise mindre kød og animalsk fedt og at spise planterigt. Forældrene i "bæredygtighedssegmentet" mente ligeledes i højere grad end i "kødsegmentet", at det er mere *klimavenligt* at spise planterigt og mindre kød.

Tabel 11 Gennemsnitlig enighed i, at udvalgte kostråd er sunde for børn / klimavenlige per pølsesegment (n=1608)

Kostråd	Sundt for barn		Klimavenligt	
	Kød	Bæredygtighed	Kød	Bæredygtighed
Segment				
Spise planterigt	4,69	5,42*	5,06	5,47*
Spise flere grøntsager og frugter	6,01	5,57	6,07	5,14
Spise mindre kød	3,59	5,38*	4,01	5,17*
Spise mindre forarbejdet mad	4,98	5,27*	5,29	4,72
Spise mindre animalsk fedt	4,10	4,87*	4,29	4,65
Spise mindre af det søde, salte og fede	5,58	4,74	5,51	5,47

Signifikante forskelle mellem de to segmenter er angivet med (*)

7.3.2 Valg af spaghetti

De to segmenter kan beskrives ved følgende:

- "Traditionssegmentet" omfatter 65% af respondenterne, der primært er drevet af deres præference for traditionel spaghetti uden fuldkorn. Desuden er information om bæredygtighed og i lidt mindre grad om sundhed vigtigt for deres valg. De fleste i dette segment foretrækker at betale lidt mere (9,75 kr. sammenlignet med 7.31 kr.) for den traditionelle spaghetti.
- "Fuldkornssegmentet" udgøres af 35% af respondenterne, som er konsekvente i deres valg af fuldkorn, men de er også mere interesserede i sundhedsinformation på produktet end respondenterne i det første segment. De er dog mindre tilbøjelige til at vælge et produkt med bæredygtighedsinformation end disse. Det store flertal vælger fuldkornsvarianten med den laveste pris (10,46 kr.).

⁹ Inklusiv "Spise mindre forarbejdet mad", som ikke er en del af de officielle kostråd.

For spaghetti var det, i endnu højere grad end for pølser, råvaren, som var vigtigst for segmenteringen. Der var 100% af respondenterne i "fuldkornssegmentet", der ville vælge fuldkornsvarianten, og der var 89% sandsynlighed for af respondenterne i "traditionssegmentet" valgte en traditionel spaghetti. Desuden var der 76% sandsynlighed for at respondenterne i sidstnævnte segment valgte et produkt med sundhedsinformation, men dette gjaldt dog også for 66% af respondenterne i "traditionssegmentet". Interessant er det, at 71% af respondenterne i sidstnævnte segment valgte produkter med bæredygtighedsinformation, mens dette kun gjaldt for 28% af "fuldkornssegmentet". Endeligt var der i "traditionssegmentet" 34%, der foretrak den laveste pris for den produktvariant, de foretrak (7,31 kr. for almindelig spaghetti), mens dette gjaldt for 72% af forældrene i "fuldkornssegmentet" (laveste pris for fuldkornsspaghetti: 10,46 kr.).

Profilering

Der var ikke forskel på alder og køn på respondenterne i de to segmenter, og heller ikke med hensyn til alderen på det barn, der blev svaret for.

I forhold til "traditionssegmentet" lagde forældrene i "fuldkornssegmentet" signifikant mere vægt på, at den mad de tilbyder deres børn, har et lavt kalorieindhold, er kødreduceret og indeholder begrænsede mængder snacks og søde sager. Der ingen forskel mht. præferencerne for traditionel mad. Mens forældrene i de to segmenter var forskellige med hensyn til den vægt de tillagde sundhed ("fuldkornssegmentet" lagde mest vægt på dette), når de køber mad til barnet, gjaldt dette ikke med hensyn til deres vurdering af barnets kræsenhed.

Som det fremgår af Tabel 12 nedenfor, var "fuldkornssegmentet" også signifikant mere enige i, at alle de udvalgte kostråd er sunde for deres børn. På nær for kostrådene om at spise mindre animalsk fedt og mindre af det søde, salte og fede, gælder det samme for vurderingen af om kostrådene er klimavenlige.

Tabel 12 Gennemsnitlig enighed i at udvalgte kostråd er sunde for børn/ klimavenligt per spaghettisegment (n=1608)

Kostråd	Sundt for barn		Klimavenligt	
	Tradition	Fuldkorn	Tradition	Fuldkorn
Spise planterigt	4,66	4,97*	5,09	5,53*
Spise flere grøntsager og frugter	5,98	6,11*	5,39	5,67*
Spise mindre kød	3,60	3,84*	5,08	5,40*
Spise mindre forarbejdet mad	4,95	5,24*	5,08	5,39*
Spise mindre animalsk fedt	4,03	4,35*	5,09	4,95
Spise mindre af det søde, salte og fede	5,50	5,70*	5,39	4,82

Signifikante forskelle mellem de to segmenter er angivet med (*)

7.3.3. Valg af snacks

De to segmenter kan overordnet beskrives ved følgende:

- "Cookiesegmentet" omfatter 54% af respondenterne, som primært er drevet af den klare præference for cookies frem for frugt. Information om sundhed påvirker i mindre grad deres valg. De er ikke udpræget prisfølsomme i forhold til valget af cookies.
- "Frugtsegmentet" omfatter 46% af respondenterne, der er konsekvente i deres valg af frugt frem for cookies, men de er også meget interesserede i sundhedsinformation. De er meget tilbøjelige til at vælge frisk frugt, der har en lav pris.

I det tredje eksperiment var der ikke ligesom i de to foregående tale om valg mellem ensartede produkter, men mellem to typer af snacks (cookies og frisk frugt).

I forhold til segmenteringen var valget primært betinget af de to produkttyper. Der var således 83% sandsynlighed for, at respondenterne i cookiesegmentet valgte cookies, mens 100% af respondenterne i frugtsegmentet valgte frisk frugt. Desuden var der 94% sandsynlighed for, at sidstnævnte valgte et produkt med sundhedsinformation, mens dette kun gjaldt for 21% af respondenterne i cookiesegmentet. Bæredygtighedsinformation havde mindre betydning for segmenteringen. Prisen var vigtig for begge segmenter, men dog således at 94% af "Frugtsegmentet" valgte den laveste pris (15,75 kr.) for det produkt, de foretrak (frugt), mens kun 27% af "cookiesegmentet" valgte den laveste pris (21,35 kr.) for deres foretrukne produkt (cookies).

Profilering

Der var ikke forskel på køn og aldersfordelingen for forældrene i de to segmenter. Imidlertid var den fjerdedel af respondenterne, der svarede på vegne af deres yngre børn overrepræsenterede i "frugtsegmentet". Således var 33% af respondenterne i dette segment (der jo udgør 25% af totalsamplet) forældre til børn under 6 år. Dette resultat stemmer til dels med resultaterne i denne rapport, som viser (se

Tabel 7) at forældre med yngre børn (6-9 år) lægger vægt på at begrænse mængden af snacks og søde sager i højere grad end forældre med lidt ældre børn (10-16 år).

I forhold til "cookiesegmentet" lægger forældrene i "frugtsegmentet" også signifikant større (Anova, $p < 0.01$) vægt på, at deres børn kun tilbydes begrænsede mængder af snacks og søde sager, ligesom de generelt er mere (Anova, $p < 0.01$) tilbøjelige til at tænke på sundhed, når de køber mad til deres barn. I den forbindelse er det også interessant at forældrene i "frugtsegmentet" opfattede deres børn som mere kræse (Anova, $p < 0.01$) end forældrene i det andet segment.

Som det fremgår af Tabel 13 nedenfor var forældrene i "frugtsegmentet" også signifikant mere enige i, at det er sundere for deres børn samt mere klimavenligt at spise flere grøntsager og frugter. Der er ikke forskel på segmenterne, hvad angår de øvrige kostråd.

Tabel 13 Gennemsnitlig enighed i at udvalgte kostråd er sunde for børn/klimavenlige per snacksegment ($n=1608$)

Kostråd	Sundt for barn		Klimavenligt	
	Cookie	Frukt	Cookie	Frukt
Spise planterigt	4,80	4,74	5,22	5,27
Spise flere grøntsager og frugter	5,97	6,08*	5,42	5,56*
Spise mindre kød	3,70	3,66	5,20	5,19
Spise mindre forarbejdet mad	5,03	5,07	5,19	5,19
Spise mindre animalsk fedt	4,13	4,14	4,74	5,27
Spise mindre af det søde, salte og fede	5,55	5,58	4,63	5,56

Signifikante forskelle mellem de to segmenter er angivet med (*)

De uoverensstemmelser, der kan være mellem forbrugeres generelle holdninger til at spise sundt og bæredygtigt, og deres valg mellem konkrete fødevarer, kan blandt andet forklares med, at forbrugere ofte tænker på forskellige typer af fødevarer, når de besvarer generelle holdningsspørgsmål. I det aktuelle valgekspertiment bekræftes dette af, at det i stort omfang er forskellige typer af forbrugere, der vælger de mest sunde og bæredygtige produkter inden for forskellige produktkategorier. En anden interessant observation er, at det kun var i valgekspertimentet for snacks, men ikke for pølser og spaghetti, at børnenes alder havde betydning for, om forældrene var tilbøjelige til at vælge det sundere eller mere bæredygtige alternativ.

7.4 Snacking

I forbindelse med valgekspertimentet (se afsnit 0) viste det sig, at forældre med børn i den yngste aldersgruppe i forhold til forældre med ældre børn, er mere tilbøjelige til at vælge et sundt (frisk frugt) end et usundt (cookie) snackalternativ til deres børn - også når der tages hensyn til varierende priser og information om sundhed og bæredygtighed. Dette stemmer til dels overens med, at forældre til de lidt ældre børn (10-16) ikke i lige så høj grad prioriterer at begrænse mængden af snacks og søde sager, som forældre til de yngre børn på 6-9 år. Noget tyder altså på, at snacking er et godt sted at starte, når

man vil undersøge, hvad forældrenes præferencer og prioriteringer betyder for deres børns forbrug af konkrete fødevarer.

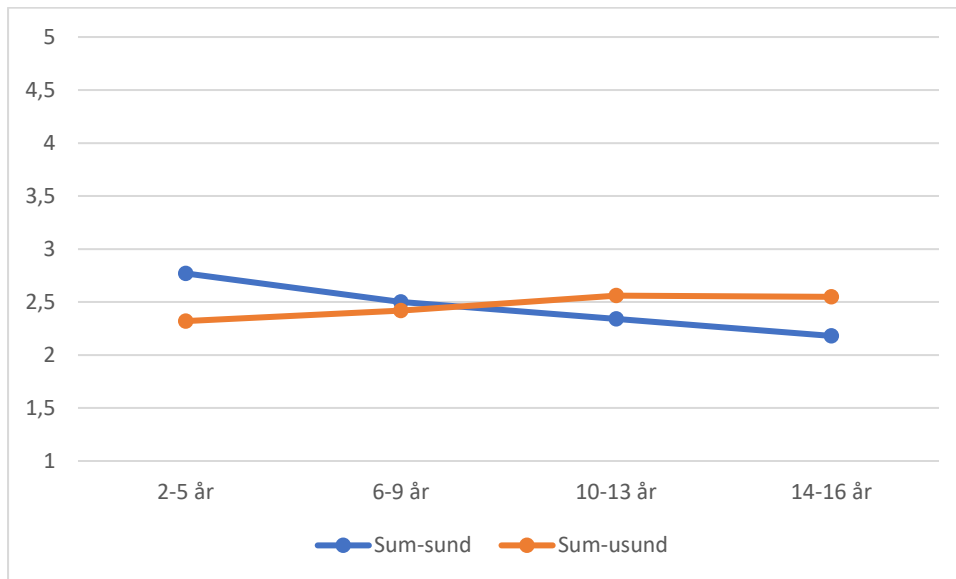
I dette afsnit går vi mere i dybden med børnenes forbrug af sunde og mindre sunde snacks. I den forbindelse kan det spille en rolle om forældrene går foran med et godt eksempel, og fx anvender nogle af de "fremmende" strategier, herunder monitorering og modellering i forbindelse med forsøget på at få børnene til at "snacke" de mere sunde produkter til deres mellemmåltider.

I spørgeskemaet er forældrene blevet spurgt til, hvor ofte deres børn spiser en række sunde (dvs. frugt [vindruer, æbler, bananer], grøntsager [gulerødder, agurker, peberfrugter], yoghurt, mælk og rugbrød) og mindre sunde (dvs. slik/chokolade, cookies/kiks, bagværk/kager, chips og andre lignende salte snacks, søde drikke [sodavand, juice, saft] og søde sukkerfri drikke [light sodavand, sukkerfri saft]) fødevarer som mellemmåltid. Da det kan være vanskeligt for forældrene at vurdere børnenes forbrug, især for de lidt ældre børn, er der både spurgt til den generelle frekvens af forbrug af disse produkter og til frekvensen 'i går'. På baggrund af spørgsmålene om gårsdagens og den generelle forbrugsfrekvens af sunde og mindre sunde snacks er der beregnet et index for børnenes forbrugsfrekvens af sunde ('Sum-sund') og mindre sunde (Sum-usund') snacks. Gennemsnittet for dette index er 2,5 for både mindre sunde og sunde snacks på tværs af alder, dvs. forældrene angiver, at deres barn i gennemsnit spiser sunde snacks 2,5 gange om dagen samt mindre sunde snacks 2,5 gange om dagen.

Figur 9 nedenfor viser, hvordan disse totaler varierer i forhold til barnets alder. Figuren viser, at der er et konstant fald i hyppigheden af indtaget af sunde snacks i takt med, at børnene bliver ældre, mens der er en stigning i indtaget af de mindre sunde snacks. Der er ikke signifikant forskel på de to yngste eller de to ældste aldersgrupper mht. indtaget af de mindre sunde snacks (se Spørgsmål: 1) Hvor ofte spiste dit barn følgende madvarer som mellemmåltid i går? Hvis du ikke er sikker på, hvor ofte dit barn spiste en bestemt madvare i går, markerer du blot dit bedste bud. 2) Hvor ofte snacker dit barn med følgende madvarer som mellemmåltid? Hvis du ikke er sikker på, hvor ofte dit barn snacker en bestemt madvare, markerer du blot dit bedste bud. "**Sum-sund**" og "**Sum-usund**" er gennemsnittet af de to spørgsmål.

Tabel 14).

Figur 9 Gennemsnitlig forbrug af sunde og mindre sunde snacks (n= 1608)



Spørgsmål: 1) Hvor ofte spiste dit barn følgende madvarer som mellemmåltid i går? Hvis du ikke er sikker på, hvor ofte dit barn spiste en bestemt madvare i går, markerer du blot dit bedste bud. 2) Hvor ofte snacker dit barn med følgende madvarer som mellemmåltid? Hvis du ikke er sikker på, hvor ofte dit barn snacker en bestemt madvare, markerer du blot dit bedste bud. "Sum-sund" og "Sum-usund" er gennemsnittet af de to spørgsmål.

Tabel 14 Scores for gennemsnitligt forbrug af sunde og mindre sunde snacks (n=1608)

	Sum-sund	Sum-usund
2-5 år	2,77 ^d	2,32 ^a
6-9 år	2,50 ^c	2,42 ^a
10-13 år	2,3 ^b	2,56 ^b
14-16 år	2,18 ^a	2,55 ^b

Spørgsmål: 1) Hvor ofte spiste dit barn følgende madvarer som mellemmåltid i går? Hvis du ikke er sikker på, hvor ofte dit barn spiste en bestemt madvare i går, markerer du blot dit bedste bud. 2) Hvor ofte snacker dit barn med følgende madvarer som mellemmåltid? Hvis du ikke er sikker på, hvor ofte dit barn snacker en bestemt madvare, markerer du blot dit bedste bud. "**Sum-sund**" og "**Sum-usund**" er gennemsnittet af de to spørgsmål.

Gennemsnit med forskellige notationer (a,b,c,d) adskiller sig signifikant ($p < 0.05$) fra hinanden. Testet med ANOVA med Scheffe og Dunnet T3 som post hoc test.

Ovenstående godtgør, at der er en sammenhæng mellem barnets alder og dets forbrug af sunde og mindre sunde snacks. Nedenfor undersøger vi sammenhængen mellem anvendelsen af de forskellige madsocialiseringsstrategier og børnenes forbrug af sunde/mindre sunde snacks, når der kontrolleres for barnets alder.

Tabel 15 viser resultaterne af to multiple regressioner med børnenes forbrugsfrekvens (jf. ovenfor) af henholdsvis sunde og mindre sunde snacks som afhængige variable. De uafhængige variable består udover barnets alder af de 10 madsocialiseringsstrategier (se afsnit 0), der er spurgt ind til i undersøgelsen.

Det fremgår af Tabel 15 at de vigtigste strategier i forhold til barnets forbrugsfrekvens af mindre sunde snacks er: "monitorering", "følelsesregulering", "restriktion" og "kontrol". Anvendelsen af de tre sidste strategier (tidligere kategoriseret som "hæmmende" i forhold til sunde spisevaner, se afsnit 0) øger alle forbruget af mindre sunde snacks. Dette kan indikere at disse strategier ikke blot er ineffektive, men direkte kontraproduktive for så vidt angår at nedbringe forbruget af mindre sunde snacks. Omvendt er sammenhængen mellem forbruget af mindre sunde snacks og monitorering negativ, hvilket indikerer at forældrenes forsøg på at holde styr på børnenes forbrug af mindre sunde snacks og søde drikke kan have en gunstig effekt. Som allerede tidligere vist (Figur 9), har barnets alder en betydning for usund snacking – jo ældre barnet er, jo højere sandsynlighed for at relativt højere indtag af mindre sunde snacks.

For forbruget af sunde snacks er effekterne af de forskellige strategier generelt mindre udtalte (se Tabel 15). Det forekommer måske lidt overraskende, at der for forbruget af sunde, ligesom for mindre sunde snacks, er en positiv effekt af "følelsesregulering" (fx give barnet mad som trøst). Herudover er der (små) positive effekter af "modellering" (spise sund mad selv for at gå foran med et godt eksempel), lære barnet om "sundhed og bæredygtighed", "involvering" af barnet (fx i madlavning) samt små, negative effekter af "restriktion" (at sikre barnet ikke spiser "for meget") samt "kontrol" (fx at give barnet lov til frit at spise, hvad han/hun vil).

Tabel 15 Effekt af barnets alder og madsocialiseringsstrategier på barnets forbrug af sunde og mindre sunde snacks (n=1608)

	Sum-sund	Sum-usund
	Forklaringsgrad (Adj R ²):0,18	Forklaringsgrad (Adj R ²):0,15
	Standardiserede b-coefficienter	
Barns alder	-.293*	.168*
Belønning	.043	.057
Følelsesregulering	.202*	.128*
Pres	.050	.095*
Restriktion	-.099*	.110*
Kontrol	-.068*	.201*
Monitorering	.047	-.108*
Modellering	.060*	-.006
Sundhed og bæredygtighed	.079*	-.009
Balance og variation	-.058	-.025
Involvering	.095*	-.023

* Indikerer signifikante p<0,05) effekter. Spørgsmål: 1) Hvor ofte spiste dit barn følgende madvarer som mellemmåltid i går? Hvis du ikke er sikker på, hvor ofte dit barn spiste en bestemt madvare i går, markerer du blot dit bedste bud. 2) Hvor ofte snacker dit barn med følgende madvarer som mellemmåltid? Hvis du ikke er sikker på, hvor ofte dit barn snacker en bestemt madvare, markerer du blot dit bedste bud. "Sum-sund" og "Sum-usund" er gennemsnittet af de to spørgsmål.

Bortset fra "følelsesregulering", hvis brug både fremmer sunde og usunde snackingvaner iflg. ovenstående resultater, findes der relativt god overensstemmelse mellem de strategier, der bliver anset for henholdsvis "hæmmende" og "fremmende" for sunde spisevaner og resultaterne i analysen. Analyserne kan således bruges til at vurdere om der er sammenhæng mellem forældrenes anvendelse af de forskellige madsocialiseringsstrategier og børnenes indtag af sunde henholdsvis mindre sunde snacks, men de siger ikke direkte noget om effektiviteten af strategierne i denne forbindelse. Det ikke utænkeligt at anvendelsen af strategierne kan afhænge af snackforbruget, snarere end omvendt, jf også den konceptuelle referenceramme, s. 12. Det er også værd at nævne, at snackforbruget påvirkes af mange andre ting end af forældrenes anvendelse af madsocialiseringsstrategier og barnets alder. Som det fremgår af Tabel 15 forklarer disse faktorer henholdsvis 18% og 15% af barnets forbrug af sunde henholdsvis mindre sunde snacks.

7.5 Villighed til at ændre familiens spisevaner

Vi ser afslutningsvist på, hvad der påvirker villigheden til at ændre familiens spisevaner i en sundere og mere klimavenlig retning i fremtiden (i løbet af det næste års tid). "En sund og mere klimavenlig retning" forstås her som en rapporteret villighed at øge familiens indtag af grøntsager og bælgrugter, samt at reducere forbruget af rødt kød og kød generelt. På grundlag af fire spørgsmål vedrørende disse produkttyper er der beregnet en score for forældrenes villighed til at ændre spisevaner. Gennemsnittet

for denne score er 4,4 på en skala fra 1=helt uenig - 7=helt enig. Forældrene rapporterer således en lidt over gennemsnitlig villighed til at ændre familiens spisevaner i en mere sund og bæredygtig retning.

I udgangspunktet er der mange ting, der kan påvirke villigheden til at ændre spisevaner. Udover præferencer, fx for traditionelle eller sundere fødevarer, vedrører dette forhold som fx tiltro til egne madlavningskompetencer samt viden om hvilke fødevarer, der er sunde og bæredygtige. Men også socio-økonomiske og demografiske forhold samt børnenes karakteristika (fx oplevet kræsenhed) kan spille ind. Nedenfor beskriver vi resultaterne (se Tabel 16) af en regressionsanalyse, der viser hvilken betydning disse faktorer har for forældrenes villighed til at ændre spisevaner i en sundere og mere klimavenlig retning.

Som det fremgår af Tabel 16 er både forældrenes tiltro til egne madlavningskompetencer (fx i forhold til at lave mad med nye typer af råvarer), og deres viden om forskellige fødevarers effekter på klima samt på barnets sundhed væsentlige i forhold til villigheden til at spise mere grønt og mindre kød. Samtidig er der også en positiv effekt af præferencen for "naturlige" fødevarer, dvs. produkter uden tilsætningsstoffer og kunstige ingredienser. Omvendt er der en negativ, men mere beskeden effekt, af præferencen for velkendte og smagfulde fødevarer.

Det fremgår desuden af Tabel 16, at mødre er mere villige til at ændre spisevaner end fædre, og at især yngre forældre udviser denne villighed. Af andre baggrundsvariable ses det, at en højere uddannelse har en positiv effekt på villigheden til at ændre spisevaner, mens en opfattelse af (god) økonomisk situation tilsyneladende ikke har nogen indflydelse. En smule overraskende finder vi, at forældres opfattelse af barnet som kræsen har en, om end beskeden, positiv effekt på villigheden til at ændre spisevaner. Endelig viser analysen, at både respondents og barnets alder har en betydning; jo yngre respondent og barn, jo større villighed.

Endelig fremgår det af Tabel 16, at "injunktive normer" har en betydning for villigheden til at ændre madvaner i mere sund og klimavenlig retning. Det handler om respondentens opfattelse af, at der blandt de nære venner og familiemedlemmer findes en forventning om, at respondenter serverer sund og bæredygtig kost til sit barn, hvilket påvirker respondentens villighed til at ændre familiens spisevaner i sund og "klimavenlig" retning.

Tabel 16 Faktorer, der påvirker villigheden til at spise mere grønt og mindre kød (n=1608)

Forklaringsgrad (Adj R ²):0,44		Standardiserede B-Koefficienter
Baggrund	Køn (0=mand)	.114*
	Uddannelse (0=lav)	.061*
	Økonomisk situation	-.009
	Alder	-.075*
	Alder (barn)	-.019*
Barrierer og facilitatorer	Kræsenhed, barn	.055*
	Madlavningskompetence	.218*
Viden	Viden, sund kost for barn	.174*
	Viden, klimavenlige spisevaner	.280*
Motiver for madvalg	Pris	.009
	Sundhed	.024
	Convenience	.042
	Naturlighed	.132*
	Velkendt	-.068*
	Sensoriske egenskaber	-.063*
	Vægtkontrol	.007
Normer	Injunktive normer	.075*
	Deskriptive normer	.030

Regression, hvor * indikerer signifikante $p < 0,05$ effekter, og positive, signifikante B-værdier indikerer større villighed til at ændre spisevaner i sund og "klimavenlig" retning. Spørgsmål: Angiv venligst, i hvor høj grad du er villig til at ændre dine spisevaner i en mere klimavenlig retning som beskrevet nedenfor i løbet af det næste års tid. Jeg er villig til at: 1. Øge indtaget af grøntsager; 2. Reducere kødforbruget; 3. Reducere forbruget af rødt kød; 4. Øge forbruget af bælgfrugter (fx linser, bønner, kikærter).

Resultaterne i Tabel 16 har en række implikationer for muligheden for at gennemføre tiltag, der kan styrke danske forældres villighed til at ændre spisevaner i en sundere og mere bæredygtig retning. Fx er det muligt at informative tiltag med henblik på at forbedre forbrugernes viden om sundheds- og, især, klimaeffekter, også vil styrke villigheden til at ændre spisevaner. Denne diskussion uddybes i det afsluttende afsnit.

Hvorvidt informative og andre tiltag har potentiale i forhold til at styrke forbrugernes villighed til at ændre spisevaner, afhænger imidlertid også af forbrugernes interesse i sådanne tiltag. Tabel 17 nedenfor viser, hvor stor en andel af forældrene, der mener at en række forskellige tiltag kan hjælpe dem med at ændre deres families kost i en sundere og mere klimavenlig retning. Analysen er baseret på CATA metoden, hvor forældrene er blevet bedt om at sætte kryds ved alle de svar, der giver mening for dem.

Det fremgår af tabellen, at økonomiske tiltag som lavere priser på sunde og bæredygtige fødevarer (77,3%) og tilbud & rabatkuponer for samme (41,2%) scorer højest. Det ses også, at mere end en femtedel af forældrene mener, at Apps til måltidsplanlægning, offentlige madordninger og bedre mærkning, kan hjælpe dem med at ændre deres families kost i en sundere og mere klimavenlig retning.

Forældrenes økonomiske situation, uddannelse mm. kan påvirke deres vurderinger. I spørgeskemaet blev forældrene bedt om at vurdere deres økonomiske situation fra vanskelig til velhavende på en skala fra 1-7. Kun meget få respondenter vurderede deres økonomiske situation som forholdsvis vanskelig (1-3), men blandt den halvdel af forældrene i stikprøven, der vurderede deres situation som mindst gunstig, var der lidt højere andele (83% mod 77,7%), der satte kryds ved lavere priser, tilbud & rabatkuponer (48,5 mod 33,2%) samt offentlige madordninger (27,3% mod 21,5%). I forhold til uddannelseslængde, var der ikke nogen entydige forskelle mht. de økonomiske tiltag, men en lidt højere andel af forældrene med en længere videregående uddannelse (15% mod 11,1% og 9,5%) mente at uddannelsestiltag på skoler og arbejdspladser kan hjælpe dem med at ændre familiens kostvaner i en sundere og mere bæredygtig retning.

Tabel 17 Andel (%) der mener at diverse tiltag kan hjælpe dem med at ændre spisevaner (n=1608)

TILTAG	Total (%)	Økonomisk Situation (%)		Uddannelse (%)		
		Mindst Gunstig	Mest Gunstig	Gymnasial	Grundskole/ videregående	Erhvervsfaglig/kort videregående Længere
Lavere priser	77,3	83,3	77,7	77,6	77,4	77,1
Tilbud og kuponer	41,2	48,5	33,2	48,7	37,7	38,1
Bedre mærkning	20,5	20,6	20,4	20,5	19,1	21,6
Apps til måltidsplanlægning	25,6	26,7	24,3	26,5	25,4	24,7
Medier/sociale kampagner	9,1	9,6	8,7	13,2	6,6	8,1
Online platforme	10,4	9,6	11,7	9,8	8,1	12,6
QR-kode på emballage	6,5	6,5	6,6	8,1	7,5	4,5
Offentlig frugt/skolemad	24,7	27,3	21,5	25,1	21,9	26,5
Uddannelseskole/arbejdspladser	12,1	10,7	13,9	11,1	9,5	15,0
Workshops i lokalsamfundene	5,8	6,2	5,2	6,4	5,2	5,0

7.6 Spørgeskemaundersøgelse: Opsummering

Spørgeskemaundersøgelsen blev udført i marts 2024 som en landsdækkende online undersøgelse, der benyttede Norstats forbrugerpanel. Deltagerne var forældre til børn i alderen 2-16 år, med en fordeling på omtrent 400 børn per aldersgruppe (2-5, 6-9, 10-13, 14-16 år) for at sikre repræsentation af forældre til børn i både daginstitutioner og grundskolen. Målet var også at få en geografisk og socioøkonomisk spredning blandt deltagerne. I alt 1608 kvalificerede respondenter gennemførte undersøgelsen.

Spisevaner

Indledningsvist så vi, at det antal måltider, som forældre spiser med deres børn, falder med barnets stigende alder. Forældrene rapporterede således at spise i gennemsnit 5,5 ugentlige morgenmåltider med deres 2-5-årige børn, mens dette tal faldt til 3,1 for de 14-16-årige børn. Frokost var det måltid, der mindst ofte blev spist sammen, mens aftensmåltidet var det mest prioriterede fælles måltid med et gennemsnit på knap 6 til 7 aftensmåltider pr. uge på tværs af alle aldersgrupper.

Kostprincipper

I alt 88% af forældrene karakteriserede deres kostprincip som "omnivor," og omtrent 90% rapporterede det samme for deres børn. Fleksitar var det næstmest anvendte kostprincip med henholdsvis 5% og 4% blandt voksne og børn. Meget få respondenter fulgte pescetarisk, vegetarisk eller vegansk kost, og omtrent 3% angav andre kosttyper. Forældre til yngre børn prioriterede en sund og varieret kost højere end forældre til ældre børn, som i mindre grad prioriterede at begrænse snacks og søde sager.

Madsocialiseringsstrategier

Strategier som restriktion (især for de 2-13-årige) blev brugt til at regulere børns madindtag, mens ældre børn fik mere autonomi. Struktur- og autonomistøttende strategier, især tilskyndelse til balance og variation i kosten, var de mest anvendte på tværs af aldersgrupper. Kontrol- og tvangsorienterede strategier var mere almindelige hos yngre børn.

Forældrene rapporterede højere succes med madsocialisering, når de anvendte fremmende strategier som involvering og monitorering. Hæmmende strategier som belønning og restriktion havde en negativ effekt på forældrenes vurdering af succes. Barnets kræsenhed spillede også en rolle; jo mere kræsente forældrene oplevede, at barnet var, jo mindre succes oplevede forældrene i deres madsocialiseringsforsøg.

Valgekperimentet

Eksperimentet blev gennemført for at undersøge forskellene mellem forbrugernes generelle holdninger til sund og bæredygtig kost og deres faktiske valg af fødevarer. Forældre blev bedt om at vælge mellem tre alternativer for pølser (kød/plantebaserede), spaghetti (almindelig/fuldkorn), og snacks (cookies/frugt), som varierede på faktorer som pris, information om bæredygtighed og sundhed.

Ved hjælp af Latent Class Analyser (LCA) blev respondenterne inddelt i segmenter baseret på deres valg, og det viste sig, at to segmenter bedst forklarede valgene for alle tre produkttyper. Et segment havde en højere præference for sundere og/eller mere bæredygtige valg, mens det andet ikke var konsistent på tværs af produkttyper. Kun 3,7% af deltagerne var konsekvent sundheds- og bæredygtighedsbevidste på tværs af alle produkttyper.

For pølserne var 76% af respondenterne i "kødsegmentet", som foretrak kødbaserede pølser og fokuserede på pris og sundhedsoplysninger, mens 24% var i "bæredygtighedssegmentet", som lagde vægt på bæredygtighedsinformation og var mere åbne for plantebaserede produkter. For spaghetti foretrak 65% traditionel spaghetti uden fuldkorn, mens 35% konsekvent valgte fuldkornsspaghetti og var mere interesserede i sundhedsoplysninger. For snacks foretrak 54% cookies frem for frugt, mens 46% foretrak frugt og var meget interesserede i sundhedsoplysninger.

Segmenternes profiler viste ingen signifikante forskelle i køn og alder på forældrene, når det gjaldt valget mellem frugt og cookies. Men der var en sammenhæng mellem forældrenes holdninger til kostråd og deres valg, eksempelvis var forældre i "bæredygtighedssegmentet" mere tilbøjelige til at mene, at det er sundt og klimavenligt for deres børn at spise mindre kød og mere plantebaseret kost.

Snacking

Børns forbrug af sunde og mindre sunde snacks og betydningen af forældres madsocialiseringsstrategier i konteksten af mellemmåltider, eller "snacking", var dernæst i fokus. Forældre blev spurgt om deres børns snackvaner både generelt og specifikt om gårsdagens forbrug, hvilket blev brugt til at beregne et indeks for henholdsvis sunde og mindre sunde snacks. Resultaterne viste, at børn spiser færre sunde snacks og flere mindre sunde snacks, jo ældre de bliver. Dette bekræfter en sammenhæng mellem alder og sunde og mindre sunde snackvaner.

Analyserne viser, at strategier som "monitorering", "følelsesregulering", "restriktion" og "kontrol" påvirker børns snackforbrug. Forældre, som rapporterer at overvåge forbruget (monitorering) reducerer deres børns forbrug af mindre sunde snacks, mens følelsesregulering, restriktion og kontrol øger det. Følelsesregulering øger også forbruget af sunde snacks, ligesom modellering (forældres egen sunde spisning), samtaler om sundhed og bæredygtighed, og involvering af børn i madlavning har positive effekter på forbruget af sunde snacks. Restriktion og kontrol har negative effekter på sunde snackvaner.

Villighed til at ændre familiens spisevaner i en sundere og mere klimavenlig retning

I afsnittet undersøges, hvad der påvirker forældres villighed til at ændre familiens spisevaner i en sundere og mere klimavenlig retning, defineret som øget indtag af grøntsager og bælgrugter samt reduceret forbrug af rødt kød og kød generelt. Analysen viser, at forældres tillid til deres madlavningskompetencer og viden om fødevarers effekter på klima og sundhed er afgørende for villigheden til at spise mere grønt og mindre kød. Præferencer for naturlige fødevarer har en positiv effekt, mens præferencer for velkendte og smagfulde fødevarer har en beskedent, negativ effekt.

Mødre og yngre forældre er mere villige til at ændre spisevaner end fædre og ældre forældre. Højere uddannelse har også en positiv effekt på villigheden. Overraskende nok har forældres opfattelse af barnet som kræsen en beskeden positiv effekt. "Injunktive normer", dvs. opfattelsen af, at nære venner og familie forventer, at forælderen serverer sund og bæredygtig kost, har også en positiv indflydelse.

For at ændre kostvaner vurderer forældrene økonomiske tiltag, som lavere priser på sunde og bæredygtige fødevarer og rabatkuponer, som mest nyttige. Mere end en femtedel af forældrene mener også, at Apps til måltidsplanlægning, offentlige madordninger og bedre mærkning kan hjælpe.

Forældrenes økonomiske situation og uddannelsesniveau påvirker deres vurderinger af forskellige tiltag. De, der vurderer deres økonomiske situation som mindst gunstig, er mere tilbøjelige til at sætte pris på økonomiske tiltag. Forældre med længere uddannelse mener i højere grad, at uddannelsestiltag på skoler og arbejdspladser kan hjælpe med at ændre kostvaner.

8 Diskussion og konklusion

Formålet med arbejdet bag denne rapport var at undersøge 1) hvilke spisevaner, herunder sunde og klimavenlige, der efter forældres opfattelse, er vigtige at fremme hos deres børn i forskellige aldersgrupper og hvorfor, samt 2) om og i givet fald, hvordan forældrene forsøger at udøve en indflydelse, der skal bringe børnenes spisevaner i en sundere og mindre klimabelastende retning.

Formålet er opfyldt ved en kvalitativ undersøgelse (21 interviews med forældre) samt en spørgeskemaundersøgelse (1608 forældre). Begge undersøgelser involverede forældre med børn i alderen fra 2-16 år, opdelt i fire aldersgrupper: 2-5 årige, 6-9 årige, 10-13 årige og 14-16 årige. Nedenfor beskrives undersøgelsens vigtigste resultater vedrørende formål 1 (spisevaner) og 2 (madsocialiseringsstrategier) ovenfor. Herunder diskuteres de forskelle, der blev observeret for forældre med børn i forskellige aldersgrupper.

Spisevaner. I den kvalitative undersøgelse beskrev forældrene deres familiers måltider og spisevaner som traditionelle (ofte fokus på kød), sunde (fokus på frugt, grønt, fiber og fuldkorn), familievenlige (dvs. tilpasset børnenes præferencer) og varierede (i forhold til de forskellige fødevarergrupper). Spørgeskemaundersøgelsen bekræftede, at forældrene ser fælles måltider og en varieret kost hos børnene som vigtige – på tværs af aldersgrupper. Omfanget af fælles måltider aftager jævnt, men beskedent med børnenes alder. Således gælder det, at selv de ældste børn (14-16 år) i gennemsnit indtager aftensmåltidet sammen med deres forældre 6 dage om ugen. Den kvantitative undersøgelse tilføjede flere detaljer om specifikke kostprincipper i relation til indtagelsen af animalske og andre fødevarer. Omnivor er langt det mest udbredte princip blandt både forældre og børn, og der er ingen væsentlige forskelle mht. kostprincipper for børn i forskellige aldersklasser. Herudover blev børnenes sunde og usunde snackvaner undersøgt, og det viste sig, at usunde snackvaner øges i takt med børnenes alder, mens det modsatte gør sig gældende for de sunde snackvaner. Endeligt blev det på baggrund af simulerede indkøbssituationer undersøgt, hvilke valgkriterier, herunder sunde og klimarigtige, der er vigtige i forhold til fødevarer kategorier, som forældre ofte køber til deres børn. I forhold til ovenstående er det interessant, at disse undersøgelser viste, at forældre med større børn lægger mindre vægt på at købe sunde snacks end forældre med mindre børn.

Madsocialiseringsstrategier. Både den kvalitative undersøgelse og spørgeskemaundersøgelsen tyder på, at forældrene på tværs af deres børns alder har forståelse for betydningen og effektiviteten af de autonomistøttende madsocialiseringsstrategier, mens der er udbredt forståelse blandt forældrene for risikoen for negative konsekvenser af de kontrollerende og tvangsorienterede strategier. Den kvantitative undersøgelse giver mulighed for en mere specifik vurdering af hvordan forældre med børn i forskellige aldersklasser bruger og opfatter de forskellige madsocialiseringsstrategier. Både på tværs af og inden for aldersklasserne rapporterer forældrene generelt set, at de ikke eller kun i beskedent omfang bruger de fleste af de kontrollerende og tvangsprægede strategier. Dog er der en tendens til, at forældrene til de mindste børn sætter restriktioner på mængden af fødevarer, der indtages. For nogle af de autonomistøttende strategier, f.eks. kommunikation om sundhed og bæredygtighed er

forældrene med ældre børn mere aktive end forældre med mindre børn, mens dette ikke gælder for den strategi der indebærer tilskyndelse til balance og variation i kosten. Når brugen af de forskellige strategier sættes i relation til forældrenes opfattelse af hvorvidt de har haft succes med børnenes madopdragelse, fremgår det, at de forældre der er mest enige i, at de har brugt de kontrollerende strategier, er mindre tilfredse med resultatet, mens de der er mest enige at have brugt de autonomistøttende strategier, er mere tilfredse.

Bæredygtighed/klimavenlighed: I både spørgeskemaet og de kvalitative interviews undersøgte betydningen af bæredygtighed/klimavenlig kost, som til sammenligning med den sunde kost ikke prioriteres så højt af forældrene. Den kvantitative undersøgelse giver flere detaljer om forældres villighed til at forsøge at ændre familiens spisevaner samt de faktorer, der påvirker denne villighed. Undersøgelsen viser f.eks., at forældres selvtilid mht. madlavningsfærdigheder samt deres viden om, hvordan forskellige fødevarer påvirker klimaet og sundheden, er afgørende faktorer for deres villighed til at spise flere grøntsager og mindre kød. Men også at en præference for naturlige fødevarer har en positiv indflydelse på denne villighed, mens en præference for velkendte og smagfulde fødevarer har en svag negativ indflydelse. Endeligt viser spørgeskemaundersøgelserne, at 77-83% af forældrene på tværs af økonomiske og uddannelsesmæssige forskelle selv mener, at økonomiske incitamenter som lavere priser vil være effektive i forhold til at hjælpe dem med at ændre familiens spisevaner i en sundere og mere bæredygtig retning. Derimod mener kun ca. en fjerdedel af respondenterne, at kommunikative tiltag, herunder mærkningsordninger og Apps vil kunne hjælpe dem.

Udfordringer: I forhold til at ændre spisevaner fremhæver begge undersøgelser udfordringer som økonomiske aspekter og barnets kræsenhed. Den kvantitative undersøgelse tilføjer madlavningskompetencer og behovet for information om, hvad der udgør sunde og klimavenlige spisevaner. Begge undersøgelser viser, at mens der er en generel bevidsthed om bæredygtighed, er der behov for yderligere støtte og oplysning for at omsætte denne bevidsthed til praksis. Sammen kan disse indsigter bruges til at udvikle mere målrettede kampagner eller interventioner for at fremme sunde og bæredygtige spisevaner blandt børn og deres familier.

8.1 Implikationer og anbefalinger

Resultaterne har vigtige implikationer i forhold til tiltag, der kan fremme sundere og mere bæredygtige spisevaner blandt danske forældre, især ved at forbedre deres viden om sundheds- og klimaeffekter, jf. de opdaterede kostråd, der inkluderer både sundhed og klima (Fødevarestyrelsen, 2021). Det ser således ud til, at en styrkelse af forbrugernes madlavningskompetencer i forhold til alternative råvarer, samt af deres viden om sundheds- og klimaeffekter potentielt kan påvirke villigheden til at spise mere grønt og mindre kød. At præferencen for "naturlighed" er vigtig i forhold til at spise mere grønt og mindre kød, indebærer desuden, at det er vigtigt, at producenter af nye typer af "grønne" fødevarer så vidt muligt sikrer og kommunikerer, at disse er fri for kunstige ingredienser og tilsætningsstoffer, men ikke mindst at de sensoriske egenskaber også er tilfredsstillende.

På trods af, at der findes god forståelse blandt forældrene om, hvad der udgør "fremmende" og "hæmmende" madsocialiseringsstrategier for børnenes sunde og klimavenlige madvaner, er det for mange forældre en udfordring at gennemføre de fremmende strategier. Her gælder især, at det at involvere børnene i aktiviteter omkring madlavningen (planlægning, indkøb, madlavning) kun finder sted i begrænset grad især blandt forældre til de yngre børn. Disse kan med fordel involveres i madlavningsprocessen for at øge deres interesse for og viden om mad og madens sundheds- og klimaeffekter. Det kan potentielt set desuden forbedre deres villighed til at prøve nye og sunde fødevarer. Det bør derfor undersøges hvordan man bedst kan facilitere forældrenes arbejde med at involvere børnene. En sådan undersøgelse bør fokusere på tiltag fra både kommercielle og offentlige aktører, og evt. på muligheden for et samarbejde mellem disse.

I de aktuelle undersøgelser var der fokus på at identificere potentielle forskelle mellem forældre med børn i forskellige aldersgrupper. Hensigten var at skabe et grundlag for at vurdere muligheden for differentierede tiltag mhp. sundere og mere bæredygtige spisevaner. Da det viste sig, at der kun begrænset omfang var forskel på spisevaner og madsocialiseringsstrategier for forældre med børn i forskellige aldersklasser, er det ikke muligt at give entydige anbefalinger desangående. Enkelte observationer kan dog nævnes: Undersøgelserne viste, at børn i de ældre aldersgrupper snackede mere usundt end de yngre børn, samtidigt med at førstnævntes i forhold til sidstnævntes forældre var mindre tilbøjelige til at prioritere sundhed, når de køber snacks. Her kunne det være relevant at undersøge effektiviteten af kommunikationstiltag rettet mod forældrenes opmærksomhed på muligheden for at påvirke deres børns snackforbrug gennem de snacks forældrene stiller til rådighed. I denne undersøgelse fandt vi, at forældrenes forsøg på at fremstå som gode eksempler, kun havde små positive effekter på børnenes snackingadfærd. På trods heraf er det alligevel værd at understrege potentialet i 'modellerings- strategien'. Dels har andre undersøgelser vist at denne strategi, er vigtig i forhold til at fremme sunde og bæredygtige spisevaner (fx Pedersen et al., 2015). Dels har strategien i sig selv positive effekter for forældrene selv. Det bør derfor undersøges, hvordan man bedst faciliterer deres rolle som gode rollemodeller for at praktisere og fremvise sunde og bæredygtige/klimavenlige spisevaner derhjemme, også når det gælder forældre til teenagere, som stadig er påvirket af forældrenes adfærd på trods af stærkt konkurrerende indflydelse fra især venner og medier. Der kan desuden være et potentiale i at udvikle metoder, der kan fremme forældrenes arbejde med at diskutere fordelene ved sunde og bæredygtige fødevarer med børnene for at forklare, hvorfor visse valg er bedre end andre, hvilket kan inkludere samtaler om fødevarers oprindelse og miljøpåvirkning. Især forældre til mindre børn ser ud til at kunne drage nytte af støtte og opfordring til at engagere sig i denne type madsocialisering.

Men hensyn til undersøgelsens begrænsninger må risikoen for bias i form af social ønskværdige svar fra forældrene nævnes. I tillæg hertil kan forældres viden om deres børns spisemønstre være upræcise, især når det gælder de ældre børn. Disse har desuden flere egne penge til forbrug, hvilket yderligere kan forringe forældrenes mulighed for at reducere usunde spise- eller snackingvaner. Endelig skal det nævnes, at forældrene ikke er de eneste "socialiseringsagenter", eller for dens sags skyld garanter for

en "sund madsocialisering", men at såvel "sund" som "usund" madsocialisering sker både i hjemmet og udenfor hjemmet.

Nærværende rapport er baseret på omfattende kvalitative og kvantitative analyser af forældrenes perspektiv på, hvad børn i forskellige aldersgrupper spiser og bør spise, samt hvordan forældrene bedst kan påvirke børnenes spisevaner. I forhold til undersøgelsernes begrænsninger (se ovenfor), er det vigtigt at påpege, at analyser, der er baseret på to og/eller flere medlemmer af familien, dvs. som inkluderer børnene selv som analyseenhed, vil kunne bringe forståelsen af disse emner op på et endnu højere niveau. For de yngste børn vil sådanne analyser ofte skulle baseres på observation/etnografi, men ellers vil både kvalitative familieinterviews og surveys kunne bringes i anvendelse.

Referencer

- Ayre, S.K., Harris, H.A., White, M.J., Byrne, R.A., 2022. Food-related parenting practices and styles in households with sibling children: A scoping review. *Appetite* 174, 106045. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2022.106045>
- Balantekin, K.N., Anzman-Frasca, S., Francis, L.A., Ventura, A.K., Fisher, J.O., Johnson, S.L., 2020. Positive parenting approaches and their association with child eating and weight: A narrative review from infancy to adolescence. *Pediatr. Obes.* 15, e12722. <https://doi.org/10.1111/ijpo.12722>
- Barbosa, C., Lopes, C., Costa, A., Warkentin, S., Oliveira, A., 2023. Parental child-feeding practices at 4 years of age are associated with dietary patterns of 7-year-olds. *J. Hum. Nutr. Diet.* 36, 1339–1348. <https://doi.org/10.1111/jhn.13151>
- Birch, L.L., Marlin, D.W., 1982. I don't like it; I never tried it: Effects of exposure on two-year-old children's food preferences. *Appetite* 3, 353–360. [https://doi.org/10.1016/S0195-6663\(82\)80053-6](https://doi.org/10.1016/S0195-6663(82)80053-6)
- Birch, L.L. et al. (2001) 'Confirmatory factor analysis of the Child Feeding Questionnaire: a measure of parental attitudes, beliefs and practices about child feeding and obesity proneness', *Appetite*, 36(3), pp. 201–210. Available at: <https://doi.org/10.1006/appe.2001.0398>.
- Blumberg, S.J., Bialostosky, K., Hamilton, W.L., Briefel, R.R., 1999. The effectiveness of a short form of the Household Food Security Scale. *Am. J. Public Health* 89, 1231–1234. <https://doi.org/10.2105/ajph.89.8.1231>
- Brown, K.A., Ogden, J., Vögele, C., Gibson, E.L., 2008. The role of parental control practices in explaining children's diet and BMI. *Appetite* 50, 252–259. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2007.07.010>
- Carey, L., Shaw, D., Shiu, E., 2008. The impact of ethical concerns on family consumer decision-making. *Int. J. Consum. Stud.* 32, 553–560. <https://doi.org/10.1111/j.1470-6431.2008.00687.x>
- Castellini, G., Acampora, M., Provenzi, L., Cagliero, L., Lucini, L., Barello, S., 2023. Health consciousness and pro-environmental behaviors in an Italian representative sample: A cross-sectional study. *Sci. Rep.* 13, 8846. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-35969-w>
- Daniels, L.A., Mallan, K.M., Jansen, E., Nicholson, J.M., Magarey, A.M., Thorpe, K., 2020. Comparison of Early Feeding Practices in Mother–Father Dyads and Possible Generalization of an Efficacious Maternal Intervention to Fathers' Feeding Practices: A Secondary Analysis. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 17, 6075. <https://doi.org/10.3390/ijerph17176075>
- DeCosta, P., Møller, P., Frøst, M.B., Olsen, A., 2017. Changing children's eating behaviour - A review of experimental research. *Appetite* 113, 327–357. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.03.004>
- Dubois, L., Bédard, B., Goulet, D., Prud'homme, D., Tremblay, R.E., Boivin, M., 2022. Eating behaviors, dietary patterns and weight status in emerging adulthood and longitudinal associations with eating behaviors in early childhood. *Int. J. Behav. Nutr. Phys. Act.* 19, 139. <https://doi.org/10.1186/s12966-022-01376-z>
- Frankel, L., Fisher, J.O., Power, T.G., Chen, T.-A., Cross, M.B., Hughes, S.O., 2015. Confirmatory factor analysis of the Feeding Emotions Scale. A measure of parent emotions in the context of feeding. *Appetite* 91, 107–113. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.04.008>
- Fødevarestyrelsen. (2021). De officielle kostråd - godt for sundhed og klima. In M. f. F. L. o. Fiskeri (Ed.): Rosendahls A/S.
- Gibson, E.L., Kreichauf, S., Wildgruber, A., Vögele, C., Summerbell, C.D., Nixon, C., Moore, H., Douthwaite, W., Manios, Y., ToyBox-Study Group, 2012. A narrative review of psychological and educational strategies applied to young children's eating behaviours aimed at reducing obesity risk. *Obes. Rev.* 13, 85–95. <https://doi.org/10.1111/j.1467-789X.2011.00939.x>
- Gregory, J.E., Paxton, S.J., Brozovic, A.M., 2011. Maternal feeding practices predict fruit and vegetable consumption in young children. Results of a 12-month longitudinal study. *Appetite* 57, 167–172. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2011.04.012>
- Grønhoj, A., Gram, M., 2020. Balancing health, harmony and hegemony: Parents' goals and strategies in children's food related consumer socialization. *Int. J. Consum. Stud.* 44, 77–88. <https://doi.org/10.1111/ijcs.12547>
- Halicka, E., Kaczorowska, J., Rejman, K., Szczybyło, A., 2021. Parental Food Choices and Engagement in Raising Children's Awareness of Sustainable Behaviors in Urban Poland. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 18, 3225. <https://doi.org/10.3390/ijerph18063225>

- Haws, K.L., Winterich, K.P., Naylor, R.W., 2014. Seeing the world through GREEN-tinted glasses: Green consumption values and responses to environmentally friendly products. *J. Consum. Psychol.* 24, 336–354. <https://doi.org/10.1016/j.jcps.2013.11.002>
- Hendy, H.M., Williams, K.E., Camise, T.S., Eckman, N., Hedemann, A., 2009. The Parent Mealtime Action Scale (PMAS). Development and association with children's diet and weight. *Appetite* 52, 328–339. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2008.11.003>
- Hesselberg, J., Pedersen, S., Grønhøj, A., 2024. Meat reduction meets family reality: Negotiating sustainable diets in households with adolescents. *Appetite* 195, 107213. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2024.107213>
- Hesselberg, J., Skjøt, S.H., Lähteenmäki, L., Bech-Larsen, T., 2021. MINDRE KØD I KOSTEN? MOTIVER FOR KØDREDUKTION SAMT BRUG AF ALTERNATIVER TIL KØD HOS PERSONER, SOM HAR REDUCERET KØDFORBRUGET (DCA No. 180). Aarhus Universitet; DCA - Nationalt center for fødevarer og jordbrug.
- Huls, S.P.I., Van Exel, J., De Bekker-Grob, E.W., 2023. An attempt to decrease social desirability bias: The effect of cheap talk mitigation on internal and external validity of discrete choice experiments. *Food Qual. Prefer.* 111, 104986. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2023.104986>
- Klempel, N., Kim, S.-K., Wilson, M., Annunziato, R.A., 2013. A measure of family eating habits: initial psychometric properties using the profile pattern approach (PPA). *Eat. Behav.* 14, 7–12. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2012.10.004>
- Lassen, A.D., Christensen, L.M., Fagt, S., Trolle, E., 2020. Råd om bæredygtig sund kost - Fagligt grundlag for et supplement til De officielle Kostråd. Råd Om Bæredygtig Sund Kost - Fagligt Grundlag Suppl. Til Off. Kostråd.
- Louviere, J.J., Hensher, D.A., Swait, J.D., Adamowicz, W., 2000. *Stated Choice Methods: Analysis and Applications*, 1st ed. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511753831>
- Mikkilä, V., Räsänen, L., Raitakari, O. T., Pietinen, P., & Viikari, J. (2005). Consistent dietary patterns identified from childhood to adulthood: the cardiovascular risk in Young Finns Study. *British Journal of Nutrition*, 93(6), 923-931.
- Moore, E.S., Wilkie, W.L., Desrochers, D.M., 2017. All in the Family? Parental Roles in the Epidemic of Childhood Obesity. *J. Consum. Res.* 824–859.
- Moura, A.F., Philippe, K., 2023. Where is the father? Challenges and solutions to the inclusion of fathers in child feeding and nutrition research. *BMC Public Health* 23, 1183. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-15804-7>
- Musher-Eizenman, D., Holub, S., 2007. Comprehensive Feeding Practices Questionnaire: validation of a new measure of parental feeding practices. *J. Pediatr. Psychol.* 32, 960–972. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsm037>
- Park, E.-S., Lee, J.-H., Kim, M.-H., 2015. Eating Habits and Food Preferences of Elementary School Students in Urban and Suburban Areas of Daejeon. *Clin. Nutr. Res.* 4, 190. <https://doi.org/10.7762/cnr.2015.4.3.190>
- Pedersen, S., Grønhøj, A., Thøgersen, J., 2015. Following family or friends. Social norms in adolescent healthy eating. *Appetite, Social Influences on Eating* 86, 54–60. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.07.030>
- Philippe, K., Chabanet, C., Issanchou, S., Grønhøj, A., Aschemann-Witzel, J., Monnery-Patris, S., 2022. Parental feeding practices and parental involvement in child feeding in Denmark: Gender differences and predictors. *Appetite* 170, 105876. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105876>
- Philippe, K., Issanchou, S., Roger, A., Feyen, V., Monnery-Patris, S., 2021. How Do French Parents Determine Portion Sizes for Their Pre-Schooler? A Qualitative Exploration of the Parent-Child Division of Responsibility and Influencing Factors. *Nutrients* 13, 2769. <https://doi.org/10.3390/nu13082769>
- Reicks, M., Banna, J., Cluskey, M., Gunther, C., Hongu, N., Richards, R., Topham, G., Wong, S.S., 2015. Influence of Parenting Practices on Eating Behaviors of Early Adolescents during Independent Eating Occasions: Implications for Obesity Prevention. *Nutrients* 7, 8783–8801. <https://doi.org/10.3390/nu7105431>
- Ritch, E.L., Brownlie, D., 2016. Doing it for the kids: the role of sustainability in family consumption. *Int. J. Retail Distrib. Manag.* 44, 1100–1117. <https://doi.org/10.1108/IJRDM-08-2015-0136>

- Rodenburg, G., Oenema, A., Kremers, S. P., & van de Mheen, D. (2012). Parental and child fruit consumption in the context of general parenting, parental education and ethnic background. *Appetite*, 58(1), 364-372.
- Rosenstock, I.M., 1974. Historical Origins of the Health Belief Model. *Health Educ. Monogr.* 2, 328-335. <https://doi.org/10.1177/109019817400200403>
- Sahoo, K., Sahoo, B., Choudhury, A.K., Sofi, N.Y., Kumar, R., Bhadoria, A.S., 2015. Childhood obesity: causes and consequences. *J. Fam. Med. Prim. Care* 4, 187-192. <https://doi.org/10.4103/2249-4863.154628>
- Salampessy, B.H., Veldwijk, J., Jantine Schuit, A., Van Den Brekel-Dijkstra, K., Neslo, R.E.J., Ardine De Wit, G., Lambooi, M.S., 2015. The Predictive Value of Discrete Choice Experiments in Public Health: An Exploratory Application. *Patient - Patient-Centered Outcomes Res.* 8, 521-529. <https://doi.org/10.1007/s40271-015-0115-2>
- Stamer, N. B., Thorsen, G. N., & Jakobsen, G. S. (2017). Tal om mad. Madindeks 2017. Retrieved from København:
- Tharner, A., Jansen, P.W., Kieft-de Jong, J.C., Moll, H.A., van der Ende, J., Jaddoe, V.W.V., Hofman, A., Tiemeier, H., Franco, O.H., 2014. Toward an operative diagnosis of fussy/picky eating: a latent profile approach in a population-based cohort. *Int. J. Behav. Nutr. Phys. Act.* 11, 14. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-11-14>
- Varela, P., De Rosso, S., Ferreira Moura, A., Galler, M., Philippe, K., Pickard, A., Ragelienė, T., Sick, J., Van Nee, R., Almlı, V.L., Ares, G., Grønhoj, A., Spinelli, S., Van Kleef, E., 2023. Bringing down barriers to children's healthy eating: a critical review of opportunities, within a complex food system. *Nutr. Res. Rev.* 1-21. <https://doi.org/10.1017/S0954422423000203>
- Vaughn, A.E., Martin, C.L., Ward, D.S., 2018. What matters most - what parents model or what parents eat? *Appetite* 126, 102-107. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.03.025>
- Wardle, J., Guthrie, C.A., Sanderson, S., Rapoport, L., 2001. Development of the Children's Eating Behaviour Questionnaire. *J. Child Psychol. Psychiatry* 42, 963-970. <https://doi.org/10.1111/1469-7610.00792>
- Wedel, M., Kamakura, W., Arora, N., Bemmar, A., Chiang, J., Elrod, T., Johnson, R., Lenk, P., Neslin, S., Poulsen, C.S., 1999. Discrete and continuous representations of unobserved heterogeneity in choice modeling. *Mark. Lett.* 10, 219-232. <https://doi.org/10.1023/A:1008054316179>
- Willett, W., Rockström, J., Loken, B., Springmann, M., Lang, T., Vermeulen, S., Garnett, T., Tilman, D., DeClerck, F., Wood, A., Jonell, M., Clark, M., Gordon, L.J., Fanzo, J., Hawkes, C., Zurayk, R., Rivera, J.A., De Vries, W., Majele Sibanda, L., Afshin, A., Chaudhary, A., Herrero, M., Agustina, R., Branca, F., Lartey, A., Fan, S., Crona, B., Fox, E., Bignet, V., Troell, M., Lindahl, T., Singh, S., Cornell, S.E., Srinath Reddy, K., Narain, S., Nishtar, S., Murray, C.J.L., 2019. Food in the Anthropocene: the EAT-Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. *The Lancet* 393, 447-492. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31788-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31788-4)

Bilag

Bilag 1	Kvalitative interviews - Interviewguide	80
Bilag 2	Forældrenes baggrundskarakteristika.....	83
Bilag 3	Madsocialiseringsstrategier (kvalitative interview).....	84
Bilag 4	Spørgsmål i temaer (spørgeskemaundersøgelsen).....	85
Bilag 5	Spørgeskemaundersøgelsen.....	95
Bilag 6	Egenskaber og niveauer for DCE-eksperimentet.....	134
Bilag 7	Kostprincipper og aldersgrupper – Forældre og børn	135

TEMAOMRÅDER OG FORMÅL	SPØRGSMÅL	
1. Introduktion		Eventuelle prompts
<p>Formålet med spørgsmålene er:</p> <ul style="list-style-type: none"> - At introducere deltageren til projektet, samt at skabe en indledning til selve interviewet, så personen føler sig godt tilpas, samt et overblik over interviewets indhold og varighed - At bekendtgøre informanten om hans/hendes rettigheder ift interviewet samt anonymitet 	<p>Velkommen til! (Interviewer præsenterer sig selv) Undersøgelsen handler grundlæggende om vores madvaner og hvorfor vi tænker og handler som vi gør, når det gælder mad og hvilke rutiner og regler vi har, når gælder mad til os selv og børnene – for vi har et særligt fokus på børnenes madvaner, og i dette interview specifikt jeres barn xx, på xx år.</p> <p>Interviewet kommer til vare ca. en times tid, og jeg har taget nogle små "øvelser" med, som vi skal snakke om.</p> <p>Inden vi går i gang, skal jeg sige, at I vil være anonyme, når vi bruger interviewet, og at I til en hver tid kan trække jer eller sige, I ikke har lyst til at svare. Og så vil jeg også gerne sige, at jeg ikke er ude efter nogle bestemte svar, så I skal ikke føle jer presset til at sige noget bestemt - jeg vil bare høre, hvordan det er her i jeres familie.</p> <p>Hvis ikke I har spørgsmål kan vi gå i gang!</p>	
Introduktion til familien og familiens dagligdag ift. mad	<p>Først skal vi snakke om jer som familie. Vil Du/I starte med at sige lidt om jer selv? Bare hvad I laver og hvor gamle I er?</p> <p>Hvem bor hos jer? Kan I prøve at beskrive en typisk hverdag, som den foregår fra morgen til aften, når man tænker på jeres hovedmåltider (morgenmad, frokost, aftensmad).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Når det gælder familien - Når det gælder jeres barn xx 	<p>Familienstørrelse, antal børn, børnenes alder</p> <p>Prøve at tænke på i går (hvad fik I at spise, hvem lavede/bestemte aftensmaden, hvem havde købt ind til det – barnets rolle?)</p>
2. Øvelse		
<p>Øvelse – informantens opfattelse af, hvordan visse fødevarer kategorier og retter associeres med barnets xx's præferencer Dernæst evt. strategier til at få børn til at spise sundt/klimavenligt</p>	<p>Fortæl I hvor høj grad retten /fødevarer kategorien er central del af barnets madvaner.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hvis "kostrådsrelevant" og central – hvordan har barnet lært at spise det? - Hvis "kostrådsrelevant" og ikke central – spiser familien det heller ikke? Forsøger man at lære barnet at spise det? 	<p>Prompts: skjulte (tilgængelighed, forældre som rollemodeller); åbne (fx</p>

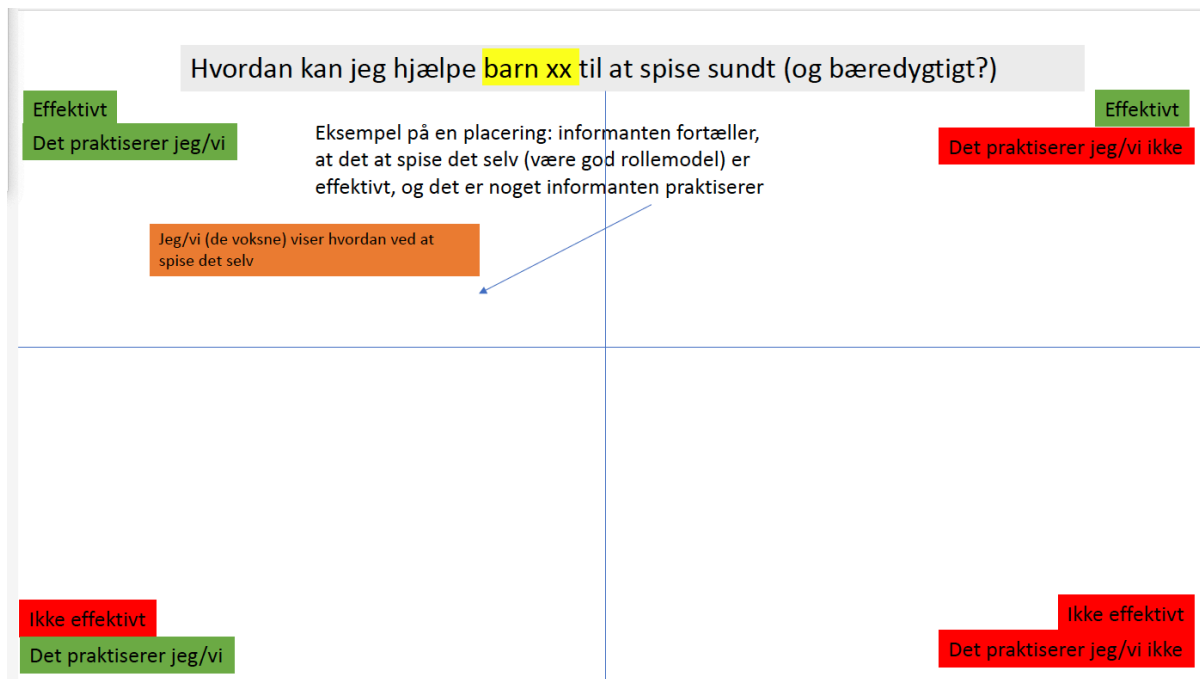
Et udvalg af fødevarer (inspireret af kostrådene) og retter placeres på en planche (enten medbragt eller elektronisk) i forhold til hvor central del af barnets kost de udgør	<ul style="list-style-type: none"> ○ Hvordan? 	gentagen eksponering, "tvang" mm)
3. Spisevaner og kostprincipper		
Formålet er at opnå viden om, hvad familien anser som vigtige spisevaner og kostråd og i, hvilken grad dette prioriteres under måltiderne. Herunder indsamle viden om, hvem der primært varetager planlægningen af måltiderne, indkøb og madlavningen og, hvilke prioriteter bliver der gjort undervejs.	<p>Hvordan vil du beskrive jeres families madvaner?</p> <p>Hvordan vil du beskrive jeres barn xx madvaner?</p> <p>Hvad lægger I mest vægt på, når I køber ind?</p> <p>Hvem køber oftest ind?</p> <p>Hvem står oftest for madlavningen derhjemme?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tages der nogen særlig hensyn i forhold til barnet? - Deltager barnet i madlavning – hvis ja, på hvilken måde? 	<p>Eks. Traditionelt, moderne, kød hver dag, fleksitarisk, vegetarisk</p> <p>Eks Billigt, sundhed, bæredygtigt, klimavenligt, vegetarisk, osv. Barnets rolle i indkøb?</p>
Særligt i henhold til sundhed og bæredygtighed	<ul style="list-style-type: none"> - Hvad er efter din opfattelse sunde spisevaner? <ul style="list-style-type: none"> ○ I hvilken grad spiller sundhed en rolle for jeres spisevaner – og er det det samme for jeres barn? - Hvad er efter din opfattelse klimavenlige spisevaner? <ul style="list-style-type: none"> ○ I hvilken grad spiller klima en rolle for jeres spisevaner – og er det, det samme for jeres barn? - (Hvordan) tænker du, at sundhed og klima kan kombineres vha. madvaner? 	Bed informant om at komme med eksempler
4. Hvilken rolle spiller kostrådene		
Formålet med spørgsmålet er at opnå indsigt i, hvilken viden forældrene har omhandlende de officielle kostråd og, hvordan de vælger at inddrage kostrådene i hverdagen. Derudover ønskes det at opnå en indsigt i, hvordan forældrene forsøger at videregive disse kostprincipper og, hvilke	<p>De næste par spørgsmål vil omhandle Fødevarestyrelsens officielle kostråd og på, hvilken måde de eventuelt påvirker jeres hverdag.</p> <p>Har du hørt om de officielle kostråd:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hvis ja - hvilke kostråd kender du? - I hvilken grad anvender i dem i hverdagen. Uddyb hvorfor netop disse kostråd? – hvorfor ikke de andre? 	

<p>udfordringer kan der opstå samt hvordan håndteres dette.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Føler du det er nemt eller udfordrende at inkludere dem i jeres spisevaner? <p>Hvordan forsøger I at påvirke jeres barn til at spise efter jeres kostprincipper?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hvilke principper prioriterer i særligt at videregive til barnet? - Anvender i nogen strategier til at påvirke jeres barns kost? – hvis ja hvilke? – Hvis nej, hvad ligger til grund for det? - Oplever i nogle udfordringer ved at skulle videregive jeres spisevaner? – hvis ja hvilke? - Hvordan håndterer i disse udfordringer? 	
5. De sociale relationer		
<p>Spørgsmålene giver et indblik i, hvordan de sociale relationer og sociale begivenheder kan have en indflydelse på kosten. Herunder hvilke barrierer og muligheder forældrene oplever i forbindelse med madsocialiseringen</p>	<p>Sidste kategori vil omhandle hvordan i håndterer sociale begivenheder og arrangementer, fødselsdage i forhold til at spise sundt og klimavenligt.</p> <p>Hvad er jeres kostprincipper i forhold til weekender, sociale arrangementer og begivenheder</p> <ul style="list-style-type: none"> - I hvor høj grad vægter i at barnet skal spise sundt og klimavenligt? - Er der dage eller begivenheder, hvor det kan være udfordrede for barnet at leve efter kostprincipperne? - Hvordan håndtere i disse udfordringer? - Hvilke muligheder ser i forhold til at overkomme disse udfordringer? 	
6. Fremtiden		
<p>Spørgsmål om stage-of-change ift. et evt. genbesøg</p>	<p>Har I planer om at lave om på jeres spisevaner inden for det næste år? Har planer om at spise mere planterigt /mindre kød indenfor det næste år? Hvordan vil det i givet fald ske? Hvilke barrierer /muligheder ser I ift. at spise mere plantebaseret/ mindre kød?</p>	
7. Afslutning		
<p>Afrunding af samtalen, og forklaring af det videre forløb i projektet for at personen føler sig tryk i det og hvad data skal bruges til.</p>	<p>Har du noget du vil tilføje?</p> <p>Afslutning</p>	

Bilag 2 Forældrenes baggrundskarakteristika

<i>Interview#</i>	M/K	Region	Forældres uddannelse¹	Familiestruktur	Antal søskende²
<i>Aldersgruppe</i>					
<i>2-5 år</i>					
1	K	Sjælland	5	Gift	1y
2	K	Midtjylland	4	Alene	1æ
3	M	Syddjylland	4	Samboende	
4	M	Syddjylland	2	Samboende	
5	K	Midtjylland	1	Alene	
<i>Aldersgruppe</i>					
<i>6-9 år</i>					
6	K	Midtjylland	4	Gift	1æ
7	K	Syddjylland	4	Alene	1æ
8	M	Hovedstaden	5	Alene	1æ
9	K	Midtjylland	3	Samboende	1y,1æ
10	M	Midtjylland	4	Samboende	
<i>Aldersgruppe</i>					
<i>10-13 år</i>					
11	K	Hovedstaden	5	Alene	1y
12	K	Hovedstaden	4	Gift	
13	M	Sjælland	2	Samboende	
14	M	Midtjylland	5	Samboende	1æ
15	K	Nordjylland	1	Alene	
<i>Aldersgruppe</i>					
<i>14-16 år</i>					
16	K	Syddjylland	2	Gift	1æ
17	K	Midtjylland	2	Gift	1y
18	M	Midtjylland	4	Gift	1æ
19	M	Sjælland	4	Gift	1æ
20	K	Hovedstaden	5	Alene	1æ
21	M	Sjælland	3	Samboende	1æ

¹ Gymnasial uddannelse (Student, HF, HH, HTX og lign.), ² Erhvervsuddannelse, 3 Kort videregående uddannelse, 4 Mellemlang videregående uddannelse (bachelorniveau), 5 Lang videregående uddannelse (kandidatniveau)²
Yngre=y; Ældre=æ



Begreber og skala	Spørgsmål	Mean	Alpha	Kilde
Oplevet ansvar for at give børnene mad Aldrig (1) til Altid (7)	r1. Når dit barn er hjemme, hvor ofte er du så ansvarlig for at give ham/hende mad? r2. Når dit barn er hjemme, hvor ofte er du ansvarlig for at beslutte, hvor store portioner mad, dit barn serveres? r3. Når dit barn er hjemme, hvor ofte er du ansvarlig for at dit barn spiser den rigtige slags mad?	5.05	0.77	Birch et al., 2001
Kræsen spisning Helt uenig (1) til Helt enig (7)	r1. Nyder ny mad (R) r2. Nyder varieret mad (R) r3. Er interesseret i ny mad (R) r4. Nægter at spise ny mad til at begynde med r5. Beslutter sig for ikke at kunne lide mad uden at smage på den	3,93	0.87	Underafsnit af Child Eating Behavior Questionnaire (Wardle et al., 2001) og (Tharner et al., 2014)
Villighed til at indføre sunde madvaner Helt uenig (1) til Helt enig (7)	r2. Jeg planlægger at begynde at spise sundere inden for de næste seks måneder r3. Jeg planlægger at begynde at spise sundere inden for den næste måned r4. Jeg er allerede begyndt at spise sundere inden for de sidste seks måneder	4.3	8.05	Tilpasset fra Hesselberg et al., 2021
Villighed til at indføre klimavenlige madvaner Helt uenig (1) til Helt enig (7)	r2. Jeg planlægger at begynde at spise mere	3.41	0.92	Tilpasset fra Hesselberg et al., 2021

	<p>klimavenligt inden for de næste seks måneder</p> <p>r3. Jeg planlægger at begynde at spise mere klimavenligt inden for den næste måned</p> <p>r4. Jer er allerede begyndt at spise mere klimavenligt inden for de sidste seks måneder</p>			
<p>Villighed til at ændre dine spisevaner i en mere klimavenlig retning</p> <p>Helt uenig (1) til Helt enig (7)</p>	<p>r1. Øge indtaget af grøntsager</p> <p>r2. Reducere kødforbruget</p> <p>r3. Reducere forbruget af rødt kød</p> <p>r4. Øge forbruget af bælgfrugter (fx linser, bønner, kikærter)</p> <p>r5. Følge en vegetar kost (plantebaseret, men æg og mejerivarer inkluderes)</p> <p>r6. Følge en vegansk kost (udelukkende plantebaseret)</p>	<p>5.26</p> <p>3.94</p> <p>4.03</p> <p>4.44</p> <p>2..68</p> <p>2.08</p>	<p>0.86</p> <p>(r1-4)</p>	<p>Tilpasset fra Hesselberg et al., 2021</p>
Forældrenes madsocialiseringsstrategier				
<p>Kontrol (Manglende struktur)</p> <p>Helt uenig (1) til Helt enig (7)</p>	<p>r1. Jeg lader mit barn spise, hvad han/hun vil</p> <p>r2. Jeg giver mit barn lov til at spise snacks, når han/hun har lyst</p> <p>r3. Ved aftensmåltidet lader jeg mit barn vælge, hvad han/hun vil spise, ud fra hvad, der serveres</p>	<p>3.75</p>	<p>0.66</p>	<p>Musher-Eizenman and Holub, 2007</p>
<p>Monitering</p> <p>Helt uenig (1) til Helt enig (7)</p>	<p>r1. Jeg holder styr på de søde sager (slik, is,</p>	<p>5.10</p>	<p>0.95</p>	<p>Musher-Eizenman and Holub, 2007</p>

	<p>kage), som mit barn spiser</p> <p>r2. Jeg holder styr på de snacks (chips mm), som mit barn spiser</p> <p>r3. Jeg holder styr på de søde drikke (sodavand, saft, juice), som mit barn drikker</p>			
<p>Involvering</p> <p>Helt uenig (1) til Helt enig (7)</p>	<p>r1. Jeg inddrager mit barn i planlægningen af families måltider</p> <p>r2. Jeg lader mit barn hjælpe med at tilberede families måltider</p> <p>r3. Jeg opfordrer mit barn til at deltage i indkøb af dagligvarer</p>	4.70	0.70	Musher-Eizenman and Holub, 2007
<p>Mad som belønning</p> <p>Helt uenig (1) til Helt enig (7)</p>	<p>r1. Jeg tilbyder søde sager og snacks til mit barn som belønning for god opførsel</p> <p>r2. Jeg tilbageholder søde sager og snacks fra mit barn som reaktion på dårlig opførsel</p> <p>r3. Jeg tilbyder mit barn hans/hendes yndlingsmad til gengæld for god opførsel</p>	2.72	0.80	Musher-Eizenman and Holub, 2007
<p>Følelsesregulering</p> <p>Helt uenig (1) til Helt enig (7)</p>	<p>r4. Når mit barn bliver pylret, er det første jeg gør at give ham/hende noget at spise eller drikke</p> <p>r5. Når mit barn keder sig, giver jeg ham/hende noget at spise eller drikke, selv</p>	2.23	0.82	Musher-Eizenman and Holub, 2007

	<p>om han/hun ikke er sulten</p> <p>r6. Når mit barn er ked af det, giver jeg ham/hende noget at spise eller drikke, selv om han/hun ikke er sulten</p>			
<p>Pres</p> <p>Helt uenig (1) til Helt enig (7)</p>	<p>r1. Hvis mit barn siger: "jeg er ikke sulten," prøver jeg at få ham/hende til at spise alligevel</p> <p>r2. Hvis mit barn kun spiser en lille portion, prøver jeg at få ham/hende til at spise mere</p> <p>r3. Når mit barn siger, at han/hun er færdig med at spise, prøver jeg at få mit barn til at spise en (to osv.) bid mere af maden</p>	3.62	0.8	Musher-Eizenman and Holub, 2007
<p>Restriktion</p> <p>Helt uenig (1) til Helt enig (7)</p>	<p>r4. Hvis jeg ikke styrer eller regulerer mit barns spisning, ville han/hun spise for meget af sin yndlingsmad</p> <p>r5. Hvis jeg ikke styrede eller regulerede mit barns spisning, ville han/hun spise for meget junkfood</p> <p>r6. Jeg bliver nødt til at sikre, at mit barn ikke spiser for mange søde sager (slik, is eller kage)</p>	3.91	0.74	Musher-Eizenman and Holub, 2007
<p>Modellering</p> <p>Helt uenig (1) til Helt enig (7)</p>	<p>r4. Jeg prøver at spise sund mad foran mit</p>	4.79	0.76	Musher-Eizenman and Holub, 2007

	<p>barn, selv om det ikke er min favorit</p> <p>r5. Jeg prøver at vise begejstring for at spise sund mad</p> <p>r6. Jeg viser mit barn, hvor meget jeg nyder at spise sund mad</p>			
<p>Læring om sundhed og bæredygtighed</p> <p>Helt uenig (1) til Helt enig (7)</p>	<p>r1. Jeg taler med mit barn om, hvorfor det er vigtigt at spise sundt</p> <p>r2. Jeg taler med mit barn om madens næringsværdi</p> <p>r7. Jeg taler med barn om madens klimaaftryk og bæredygtighed</p>	4.07	0.67	Musher-Eizenman and Holub, 2007
<p>Balance og variation</p> <p>Helt uenig (1) til Helt enig (7)</p>	<p>r4. Jeg opmuntrer mit barn til at prøve nye fødevarer</p> <p>r5. Jeg fortæller mit barn at sund mad smager godt</p> <p>r6. Jeg opfordrer mit barn til at spise varieret mad</p>	5.50	0.71	Musher-Eizenman and Holub, 2007
<p>Effektiviteten af forældrenes madpraksisser</p> <p>Helt uenig (1) til Helt enig (7)</p>	<p>r1. Jeg føler generelt, at jeg har succes med at gennemføre strategierne</p> <p>r2. Jeg føler, at jeg ofte møder udfordringer, når jeg skal gennemføre strategierne (R)</p> <p>r3. Jeg har dårlig samvittighed over nogle af mine strategier eller over ikke at følge dem (R)</p>	4.56	0.69	Selvudviklet

<p>Emotionel spising</p> <p>Aldrig (1) til Altid (7)</p>	<p>Positive følelser</p> <p>r1. elsket</p> <p>r2. tilfreds</p> <p>r3. afslappet</p> <p>r4. glad</p> <p>Negative følelser</p> <p>r5. Alene</p> <p>r6. Anspændt</p> <p>r7. vred</p> <p>r8. frustreret</p>	<p>5.00</p> <p>2.33</p>	<p>0.86</p> <p>0.79</p>	<p>Tilpasset fra Frankel et al., 2015</p>
<p>Grønne forbrugsværdier</p> <p>Helt uenig (1) til enig (7)</p>	<p>r1. Det er vigtigt for mig, at de produkter, jeg bruger, ikke skader miljøet</p> <p>r2. Mine indkøbsvaner er påvirket af min bekymring for vores miljø</p> <p>r3. Jeg er bekymret for at ødsle med vores planets ressourcer</p> <p>r4. Jeg vil beskrive mig selv som miljøansvarlig</p> <p>r5. Jeg accepterer besværet med at træffe handlinger, der er mere miljøvenlige</p>	<p>3.94</p>	<p>0.87</p>	<p>Haws et al., 2014</p>
<p>Fødevarer sikkerheden i husholdningen</p> <p>Aldrig (1) til Altid (7)</p>	<p>r1. Jeg (eller andre voksne i husstanden) var nødt til at skære ned på måltidernes størrelse eller springe måltider over, fordi der ikke var penge nok til mad.</p> <p>r2. Det skete, at jeg var sulten, men spiste ikke,</p>	<p>1.69</p>	<p>0.90</p>	<p>Blumberg et al., 1999</p>

	<p>fordi jeg ikke havde råd til mad</p> <p>r3. Vi havde ikke råd til at spise varierede måltider</p>			
<p>Familiens spisevaner</p> <p>Portionsstørrelser (1-3)</p> <p>Socialitet (4-7)</p> <p>Distraction/opmærksomhed (r8-9)</p> <p>Aldrig (1) til Altid (7)</p>	<p>r1. Min familie spiser store måltider</p> <p>r2. I min familie bliver der serveret store portioner mad</p> <p>r3. I min familie bliver medlemmerne opfordret til at tage en ekstra portion ved måltiderne</p>	3.24	0.75	Klempel et al., 2013
	<p>r4. At spise sammen er den vigtigste del af vores ferier og højtider</p> <p>r5. Alle mine familiemedlemmer spiser regelmæssigt sammen</p> <p>r6. Spisning er en vigtig del af mit familieliv</p> <p>r7. Måltider er en vigtig del af mit familieliv</p>		0.80	
	<p>r8. Jeg eller andre voksne tjekker telefonen under måltiderne</p> <p>r9. Mit barn tjekker sin telefon under måltiderne</p>	2.34	0.70	
<p>Spørgsmål om madvalg Sundhed (r1-3)</p> <p>Convenience (r4-6)</p> <p>Naturlighed (r7-9)</p> <p>Pris-billigt (r10-12)</p> <p>Velkendt (r13-14)</p> <p>Sensorisk egenskaber (r15-17)</p>	<p>R1. Indeholder en masse vitaminer og mineraler</p> <p>r2. Holder mig sund</p> <p>r3. Har en høj næringsværdi</p>	5.11	0.79	Delvist tilpasset fra Halicka et al., 2021 med tilføjelse af selvudviklede elementer

Vægtkontrol (r18-19) Helt uenig (1) til Helt enig (7)	r4. Er let at tilberede/forberede r5. Tager ingen tid at tilberede/forberede r6. Er let tilgængelig i butikker og supermarkeder	4.85	0.72		
	r7. Ikke indeholder tilsætningsstoffer r8. Indeholder naturlige ingredienser r9. Ikke indeholder kunstige ingredienser	4.42	0.80		
	r10. Ikke er dyr r11. Er billig r12. Er god værdi for pengene	5.00	0.65		
	r13. Er, hvad jeg normalt spiser r14. Er velkendt	4.49	0.64		
	r15. Dufter dejligt r16. Ser godt ud r17. Smager godt	5.62	0.72		
	r18. Hjælper mig med at kontrollere min vægt r19. Har et lavt fedtindhold	4.32	0.64		
	Snack-score Gennemsnitlig score (i går/generelt) på: - sunde snacks (1-5, 10) - usunde snacks (6-9, 11-12) 0 (1) til 4+ (5) gange i går/ Aldrig (1) til Hver dag (5) generelt	r1. Frugt (f.eks. vindruer, æbler, bananer) r2. Grøntsager (f.eks. gulerødder, agurker, peberfrugter) r3. Yogurt	2.0/2.9 1.54/2.47		Brown et al., 2008

	<p>r4. Mælk</p> <p>r5. Rugbrød</p> <p>r6. Slik/chokolade</p> <p>r7. Kiks/cookies</p> <p>r8. Bagværk/kager</p> <p>r9. Chips og andre lignende salte snacks</p> <p>r10. Rosiner/frugtstang</p> <p>r11. Søde drikke (f.eks. sodavand, juice, saft)</p> <p>r12. Søde sukkerfri drikke (f.eks light sodavand, sukkerfri saft)</p>			
<p>Regulative normer</p> <p>Helt uenig (1) til Helt enig (7)</p>	<p>r1. Mine kvindelige venner synes, jeg skal give mit barn sund og/eller klimavenlig mad</p> <p>r2. Min partner synes, at jeg skal give mit barn sund og/eller klimavenlig mad</p> <p>r3. Mine kvindelige familiemedlemmer synes, jeg skal give mit barn sund og/eller klimavenlig mad</p> <p>r4. Personalet (lærerne) fra mit barns daginstitution (skole) synes, at jeg skal give mit barn sund og/eller klimavenlig mad</p> <p>r5 Mine mandlige venner synes, jeg skal give mit barn sund og/eller klimavenlig mad</p> <p>r6 Mine mandlige familiemedlemmer synes, jeg skal give mit</p>	3.69	0.94	Tilpasset fra Pedersen et al., 2015

	barn sund og/eller klimavenlig mad			
<p>Deskriptive normer</p> <p>Helt uenig (1) til Helt enig (7)</p>	<p>r1. Min partner giver vores barn sund og/eller og klimavenlig mad</p> <p>r2. Mine kvindelige venner giver deres barn sund og/eller klimavenlig mad</p> <p>r3. Mine kvindelige familiemedlemmer giver deres barn sund og/eller og klimavenlig mad</p> <p>r4. Mine mandlige familiemedlemmer giver deres barn sund og/eller klimavenlig mad</p> <p>r5 Mine mandlige venner giver deres barn sund og/eller klimavenlig mad</p> <p>.</p>	4.05	0.93	Tilpasset fra Pedersen et al., 2015
<p>Måltider indtaget sammen med barnet</p> <p>Antal måltider om ugen</p>	Måler antallet af morgenmad, frokoster og aftensmåltider, som respondenterne spiser sammen med deres børn om ugen.	tabel		Philippe et al., 2021
<p>Madlavningskompetencer</p> <p>Helt uenig (1) til Helt enig (7)</p>	<p>r1. Sunde måltider</p> <p>r2. Kødreducerede måltider</p> <p>r3. Måltider med bælgfrugter (bønner, linser eller kikærter)</p>	5.54	(0.78)	Selvudviklet
<p>Indkøbsmuligheder</p> <p>Vælg alle gældende</p>	Respondenterne blev spurgt, hvor de normalt handler dagligvarer: supermarkeder, onlinekanaler, lokale landmænd osv.			Selvudviklet

Undersøgelse om forældres syn på børn og unges madvaner

Du inviteres til at deltage i en undersøgelse om forældres syn på deres børns madvaner. Formålet med denne skrivelse er at give dig de oplysninger, der er nødvendige for, at du kan træffe en informeret beslutning om deltagelse i dette forskningsprojekt, som udføres af Aarhus Universitet via Nationalt Center for Fødevarer og Jordbrug (DCA) for Fødevarestyrelsen. For at kunne deltage skal du være mindst 18 år gammel.

I undersøgelsen vil vi gerne vide mere om forældres holdninger og handlinger, når det gælder deres børns madvaner. Især er vi interesserede i at vide, hvordan man som forældre til børn i forskellige aldre forholder sig til kostråd, som giver anbefalinger om en bestemt sammensætning af maden.

Undersøgelsen er finansieret af Fødevarestyrelsen under Fødevareministeriet, som led i Aarhus Universitets aftale om forskningsbaseret myndighedsbetjening. Resultaterne af undersøgelsen vil blive anvendt som en del af Fødevarestyrelsens vidensgrundlag i arbejdet med at fremme sunde og klimavenlige madvaner i befolkningen. Desuden vil resultaterne blive anvendt i forskningspublikationer rettet mod forskersamfundet samt i Aarhus Universitets forskningsformidling rettet mod Universitetets interessenter (virksomheder, borgere mm).

Ansvarlig for undersøgelsen hos Aarhus universitet:

[Lektor Alice Grønhøj, alg@mgmt.au.dk](mailto:alg@mgmt.au.dk)

Undersøgelsens form og varighed:

Undersøgelsen bliver udført i form af et online interview. Interviewet vil tage ca. 20 minutter.

Dine rettigheder

Vi vil gerne understrege, at din deltagelse i undersøgelsen er helt frivillig. Du kan trække dig fra undersøgelsen på et hvilket som helst tidspunkt uden at det vil få nogle efterfølgende konsekvenser.

Risici

Der vil ikke være nogle risici for dig ved at deltage i denne undersøgelse, og ved fremsendelse af en forespørgsel vil vi med glæde give dig yderligere informationer om både projektet samt projektets resultater.

Behandling af data

De indsamlede data vil kun blive brugt i forskningsøjemed, og dit input vil blive anonymiseret samt forblive fortroligt. Vi vil ikke behandle personlige oplysninger, der kan bruges til at identificere dit input. Det betyder, at dit input ikke vil kunne føres tilbage til dig. Efter at data er blevet anonymiseret og ikke tillader nogen identifikation af dig som deltager, vil det ikke længere være muligt at slette data. Vi overholder alle lovgivningsmæssige og etiske krav. Al data vil blive sikkert opbevaret elektronisk hos Aarhus Universitet i et anonymiseret format.

Ved afkrydsning af din enighed i ordlyden af dette dokument erklæres, at du omhyggeligt har læst ovenstående informationer om din deltagelse i undersøgelsen og forstår indholdet. Samtidig giver du samtykke til, at vi må behandle og evaluere det data, der indsamles i løbet af denne undersøgelse. Tilmed indvilliger du i, at dit data opbevares permanent i et elektronisk og anonymiseret format med henblik på publicering af forskningsresultater. Du er opmærksom på, at anonymiseringen af data betyder, at det vil være umuligt at spore databehandlingen, så dine rettigheder til informationen, rettelser, eller sletning af data ikke længere kan håndhæves. Ved at markere afkrydsningsfeltet ved siden af udsagnet "Jeg er enig" erklærer du dig enig i de førnævnte punkter.

SSQ1 - Single Select

1. Jeg er enig
2. Jeg er ikke enig **Screen out**

Hvis du har yderligere spørgsmål i forbindelse med undersøgelsen, er du meget velkommen til at kontakte [Lektor Alice Grønhøj, alg@mgmt.au.dk](mailto:alg@mgmt.au.dk)

Page break

INTRO

Først vil vi gerne stille dig nogle spørgsmål, som vil afgøre, om du er kvalificeret til at deltage i denne undersøgelse

Q1_GenderNew) Hvilket køn identificerer du dig som?

SSQ1 - Single Select

1. Mand
2. Kvinde
3. Andet

Q2_AgeNew) Hvilket årstal er du født?

Open ended with numbers

Noter alder: _____

Q3_Childern) Har du børn i alderen 2 til 16 år, der bor i din husstand?

SSQ1 - Single Select

1. Ja
2. Nej **Screen out**

Q4_Child_INFO) Hvor mange børn under 18 bor der i din husstand?

NQ1 - Numeric Question

Noter antal børn: _____

Q5) Har du udeboende børn?

SSQ1 - Single Select

1. Ja
2. Nej

INTRO 2

Tillykke, du er kvalificeret til at deltage i denne undersøgelse!

Vi er interesserede i at vide mere om, hvordan du agerer, når det gælder dit barn mellem 2 og 16 år. Hvis du har flere børn i alderen 2 til 16 år, bedes du vælge det barn, som du ønsker at have som baggrund for dine svar.

Du bedes fokusere på det samme barn i hele undersøgelsen.

Page break

C_Gender_Child) Dit barn er:

SSQ1 - Single Select

1. En dreng
2. En pige

C_ALDER_1) Hvor gammel er dit barn?

Open ended with numbers

Noter alder: _____

Recode age and make as a hidden variable:

- **2-5**
- **6-9**
- **10-13**
- **14-16**

C_ALDER_2) Hvilket nummer i søskenderækken er dette barn, inklusiv eventuelle børn, der ikke bor hjemme?

Only if Q5 NOT = 1

SSQ1 - Single Select

1. Første barn
2. Andet barn
3. Tredje barn
4. Andet, angiv venligst: _____

C_BMI) Hvad er dit barns højde og vægt? Angiv venligst målene så præcist, som du kender dem

NQ1 - Numeric Question

1. Højde i cm: _____ **Open ended with numbers**
2. Vægt i kg: _____ **Open ended with numbers**
3. Ønsker ikke at svare

C_SYGDOM) Lider dit barn af en sygdom, der kan påvirke hans/hendes kost?

OTQ1 - Open Text Questions

1. Nej **Exclusive**
2. Ja, en fødevareallergi eller -intolerance, angiv venligst: _____ **Open ended with text**
3. Ja, andet angiv venligst: _____ **Open ended with text**

C_MÅLTIDER_SAMMEN) Hvor mange måltider spiser du sammen med dit barn på en almindelig uge?

Angiv venligst det omtrentlige antal måltider

GSSQ1 - Grid Single Select Question

Statement:

r1. Morgenmad

r2. Frokost

r3. Aftensmad

Scale:

[c1] 1 dag om ugen

[c2] 2 dage om ugen

[c3] 3 dage om ugen

[c4] 4 dage om ugen

[c5] 5 dage om ugen

[c6] 6 dage om ugen

[c7] 7 dage om ugen

INTRO_3

Forestil dig, at du er i din sædvanlige butik for at købe nogle madvarer til dit barn. Du bliver nu præsenteret for tre sæt madvarer et efter et. Vi beder dig angive, hvilken madvare inden for hvert sæt du ville vælge at købe: Bemærk: det drejer sig om hypotetiske madvarer, som ikke nødvendigvis kan købes i dagligvarebutikkerne.

Forskning viser, at folk nogle gange træffer andre valg i spørgeskemaer end de ville gøre i virkeligheden, for eksempel for at gøre et godt indtryk, eller fordi valget ikke har reelle konsekvenser. Vi kalder disse svar for "socialt accepterede svar". Socialt accepterede svar giver nogle gange forskere et forkert indtryk af, hvor ofte folk ville vælge noget i virkeligheden. Vi beder dig her om at forestille dig, at du skal træffe et reelt madvalg for dermed at besvare spørgsmålene så ærligt som muligt for at undgå socialt accepterede svar.

"madvarer til dit barn" = BOLD Text

Page break

Randomize the order of Eksperiment 1. Pølser, Eksperiment 2. Spaghetti and Eksperiment 3. Sød Snack

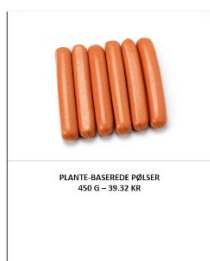
Eksperiment 1. Pølser

Randomize choice set (Quota least full) DCE1.1 – DCE1.7 and present only 1

DCE1.1) Forestil dig, at du skal købe pølser til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P1.7, P1.2 and P1.3



P1.7



P1.2



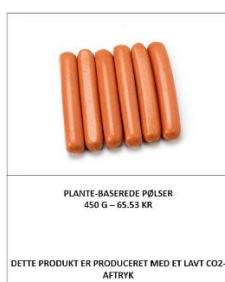
P1.3

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse disse – **insert as an option under the pictures.**

DCE1.2) Forestil dig, at du skal købe pølser til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P1.2, P1.5 and P1.1



P1.2

P1.5

P1.1

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse – insert as an option under the pictures.

DCE1.3) Forestil dig, at du skal købe pølser til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P1.5, P1.3 and P1.4



P1.5



P1.3



P1.4

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse

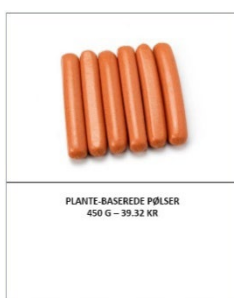
DCE1.4) Forestil dig, at du skal købe pølser til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P1.6, P1.7 and P1.5



P1.6



P1.7



P1.5

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse

DCE1.5) Forestil dig, at du skal købe pølser til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

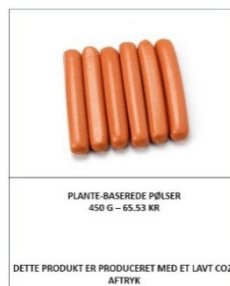
Randomize P1.4, P1.6 and P1.2



P1.4



P1.6



P1.2

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse

DCE1.6) Forestil dig, at du skal købe pølser til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P1.3, P1.1 and P1.6



P1.3



P1.1



P1.6

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse

DCE1.7) Forestil dig, at du skal købe pølser til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P1.1, P1.4 and P1.7



P1.1



P1.4



P1.7

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse

Ekspæriment 2. Spaghetti

Randomize choice set (Quota least full) DCE2.1 – DCE2.7 and present only 1

DCE2.1) Forestil dig, at du skal købe spaghetti til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P2.7, P2.2 and P2.3



P2.7



P2.2



P2.3

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse

DCE2.2) Forestil dig, at du skal købe spaghetti til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P2.2, P2.5 and P2.1



P2.7



P2.5



P2.1

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse – insert as an option under the pictures.

DCE2.3) Forestil dig, at du skal købe spaghetti til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P2.5, P2.3 and P2.4



P2.5



P2.3



P2.4

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse – insert as an option under the pictures.

DCE2.4) Forestil dig, at du skal købe spaghetti til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P2.6, P2.7 and P2.5



P2.6



P2.7



P2.5

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse – insert as an option under the pictures.

DCE2.5) Forestil dig, at du skal købe spaghetti til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P2.4, P2.6 and P2.2



P2.4



P2.6



P2.2

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse – insert as an option under the pictures.

DCE2.6) Forestil dig, at du skal købe spaghetti til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P2.3, P2.1 and P2.6



P2.3



P2.1



P2.6

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse – **insert as an option under the pictures.**

DCE2.7) Forestil dig, at du skal købe spaghetti til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P2.1, P2.4 and P2.7



P2.1



P2.4



P2.7

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse – **insert as an option under the pictures.**

Ekspertiment 3. Sød Snack

Randomize choice set (Quota least full) DCE3.1 – DCE3.7 and present only 1

DCE3.1) Forestil dig, at du skal købe en sød snack til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

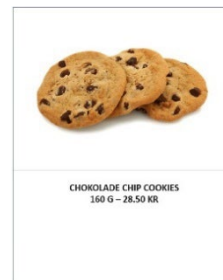
Randomize P3.7, P3.2 and P3.3



P3.7



P3.2



P3.3

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse – **insert as an option under the pictures.**

DCE3.2) Forestil dig, at du skal købe en sød snack til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

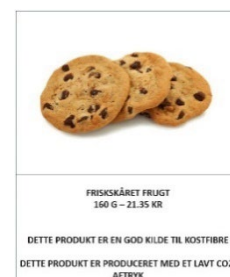
Randomize P3.2, P3.5 and P3.1



P3.2



P3.5



P3.1

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse – insert as an option under the pictures.

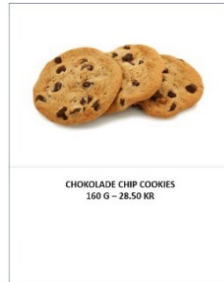
DCE3.3) Forestil dig, at du skal købe en sød snack til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P3.5, P3.3 and P3.4



P3.5



P3.3



P3.4

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse – insert as an option under the pictures.

DCE3.4) Forestil dig, at du skal købe en sød snack til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P3.6, P3.7 and P3.5



P3.6



P3.7



P3.5

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse – insert as an option under the pictures.

DCE3.5) Forestil dig, at du skal købe en sød snack til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P3.4, P3.6 and P3.2



P3.4



P3.6



P3.2

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse – insert as an option under the pictures.

DCE3.6) Forestil dig, at du skal købe en sød snack til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

Randomize P3.3, P3.1 and P3.6



P3.3



P3.1



P3.6

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse

DCE3.7) Forestil dig, at du skal købe en sød snack til dit barn. Hvilke af følgende hypotetiske produkter ville du vælge?

Single select images

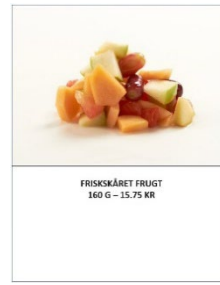
Randomize P3.1, P3.4 and P3.7



P3.1



P3.4



P3.7

4. Jeg ville ikke vælge nogen af disse

DEF_SUND) På en skala fra 1 til 7, hvor enig er du i, at følgende spisevaner er sunde for dit barn?

At ... er sundt for mit barn:

"dit barn" = **BOLD text**

GSSQ1 – Grid Single Select Question

Randomize Statements r1.-r15.

- r1. Spise planterigt
- r2. Spise varieret
- r3. Ikke at spise for meget
- r4. Spise flere grøntsager og frugter
- r5. Kun spise 2 måltider om dagen
- r6. Spise mindre gluten
- r7. Spise mindre kød
- r8. Spise flere bælgfrugter (bønner, linser og kikærter)
- r9. Spise mindre forarbejdet mad (fx pålægsprodukter og færdigretter)
- r10. Spise magre mejeriprodukter
- r11. Spise mindre animalsk fedt (fx smør)
- r12. Vælge sødemidler frem for sukker
- r13. Spise mindre af det søde, salte og fede (fx slik, snacks og kager)
- r14. Slukke tørsten i vand
- r15. Spise mere fisk

Scale:

- [c1] 1 Helt uenig
- [c2] 2 Uenig
- [c3] 3 Delvist uenig
- [c4] 4 Midt i mellem
- [c5] 5 Delvist enig
- [c6] 6 Enig
- [c7] 7 Helt enig

DEF_Klimavenligt) På en skala fra 1 til 7, hvor enig er du i, at følgende spisevaner er klimavenlige?

At ... er klimavenligt?

GSSQ1 – Grid Single Select Question

Randomize Statements r1.-r15.

Statement:

- r1. Spise planterigt
- r2. Spise varieret
- r3. Ikke at spise for meget
- r4. Spise flere grøntsager og frugter
- r5. Kun spise 2 måltider om dagen
- r6. Spise mindre gluten
- r7. Spise mindre kød
- r8. Spise flere bælgfrugter (bønner, linser og kikærter)
- r9. Spise mindre forarbejdet mad (fx pålægsprodukter og færdigretter)
- r10. Spise magre mejeriprodukter
- r11. Spise mindre animalsk fedt (fx smør)
- r12. Vælge sødemidler frem for sukker
- r13. Spise mindre af det søde, salte og fede (fx slik, snacks og kager)
- r14. Slukke tørsten i vand
- r15. Spise mere fisk

Scale:

- [c1] 1 Helt uenig
- [c2] 2 Uenig
- [c3] 3 Delvist uenig
- [c4] 4 Midt i mellem
- [c5] 5 Delvist enig
- [c6] 6 Enig
- [c7] 7 Helt enig

PERC_RESPON_CHILDREN) Angiv venligst, hvor ofte du føler dig ansvarlig i forhold til følgende udsagn om at give dit barn mad.

GSSQ1 - Grid Single Select Question

Randomize Statements r1. - r3

Statement:

- r1. Når dit barn er hjemme, hvor ofte er du så ansvarlig for at give ham/hende mad?
- r2. Når dit barn er hjemme, hvor ofte er du ansvarlig for at beslutte, hvor store portioner mad, dit barn serveres?

r3. Når dit barn er hjemme, hvor ofte er du ansvarlig for at dit barn spiser den rigtige slags mad?

Scale r1.-r3.:

[c1] 1 Aldrig

[c2] 2 sjældent

[c3] 3 af og til

[c4] 4 omkring halvdelen af gangene

[c5] 5 ofte

[c6] 6 som regel

[c7] 7 Altid

SPECIFIC_DIET_YOU) Hvilken diæt identificerer du dig mest med?

"du" = BOLD text

SSQ1 - Single Select

1. Omnivor (spiser "alt", dvs både plantebaserede fødevarer og animalske produkter)
 2. Pescetar (spiser fisk, men ikke kød)
 1. Fleksitar (spiser hovedsageligt plantebaseret, animalske fødevarer reduceres i betydelig grad)
 2. Vegetar (spiser plantebaseret, dog inkluderes æg og mejeriprodukter)
 3. Vegansk (spiser plantebaseret, udelukker alle former for animalske fødevarer)
 4. Andet (angiv venligst): _____ **Open ended with text**
-

SPECIAL DIET_CHILD Hvilken diæt identificerer dit barn sig mest med?

"dit barn" = BOLD text

SSQ1 - Single Select

- Omnivor (spiser "alt", dvs både plantebaserede fødevarer og animalske produkter)
- Pescetar (spiser fisk, men ikke kød)
- Fleksitar (spiser hovedsageligt plantebaseret, animalske fødevarer reduceres i betydelig grad)
- Vegetar (spiser plantebaseret, dog inkluderes æg og mejeriprodukter)
- Vegansk (spiser plantebaseret, udelukker alle former for animalske fødevarer)
- Andet (angiv venligst): _____ **Open ended with text**

EATING_HABITS Angiv venligst, I hvor høj grad du lægger vægt på følgende spisevaner for dig selv og dit barn.

Jeg lægger vægt på, at maden skal være:

DMQ1 - Dropdown Menu Question

Randomize Statements r.1 – r13

Statement:

- r1. traditionel (f.eks. kød, kartofler og salat)
- r2. sund
- r3. Kødreduceret
- r4. med ingen/begrænsede mængder oksekød
- r5. med ingen/begrænsede mængder fisk
- r6. varieret
- r7. gluten-fri
- r8. med begrænsede mængder snacks og søde sager
- r9. Med begrænsede mængder af mælkeprodukter
- r10. Med lavt indhold af kulhydrater
- r11. Med lavt kalorieindhold
- r12. Med højt proteinindhold
- r13. Med lavt fedtindhold
- r14. Andet (angiv venligst): _____ **Open ended with text**

Columns:

- A. For mig selv
- B. For mit barn

Scale r1 – r14:

- [c1] 1 Helt uenig
- [c2] 2 Uenig
- [c3] 3 Delvist uenig
- [c4] 4 Midt i mellem
- [c5] 5 Delvist enig
- [c6] 6 Enig
- [c6] 7 Helt enig

FOOD_FUS) Angiv venligst, I hvor høj grad du er enig i følgende udsagn om dit barns spiseadfærd.

Mit barn:

GSSQ1 - Grid Single Select Question

Randomize Statements r.1 – r5

Statement:

- r1. Nyder ny mad
- r2. Nyder varieret mad
- r3. Er interesseret i ny mad
- r4. Nægtter at spise ny mad til at begynde med
- r5. Beslutter sig for ikke at kunne lide mad uden at smage på den

Scale r1 – r5:

- [c1] 1 Helt uenig
- [c2] 2 Uenig
- [c3] 3 Delvist uenig
- [c4] 4 Midt i mellem
- [c5] 5 Delvist enig
- [c6] 6 Enig
- [c6] 7 Helt enig

FCFactorsHalickaEt21) Angiv venligst, hvor vigtige de følgende faktorer er for dine valg, når du køber mad til dit barn.

"til dit barn" = bold text

GSSQ1 - Grid Single Select Question:

Randomize Statements r.1 – r18.

Statement:

- r1. Pris
- r2. Barnets sundhed
- r3. Barnets præferencer
- r4. Beskyttelse af natur og miljø
- r5. Mine præferencer
- r6. Økologisk produktion
- r7. Præferencer hos barnets jævnaldrende (fx venner, klassekammerater)
- r8. Bekvemmelighed (mad, der er let at tilberede)
- r9. Klimavenligt produkt (fx plantebaseret eller i genanvendelig emballage)
- r10. Lokal oprindelse for at støtte danske producenter
- r11. Lokal oprindelse for at reducere transport af fødevarer
- r12. Officielle anbefalinger for sund kost til børn
- r13. Symboler, der certificerer produktets særlige kvalitetsegenskaber (fx fuldkornsmærket, økologi)
- r14. Reklame
- r15. Forbrugertrends

- r16. Anbefalinger fra sundhedspersonale
- r17. Anbefalinger fra eksperter og autoriteter
- r18. Lærernes eller pædagogernes meninger
- r19. Andet (Angiv venligst): _____ **Open ended with text**

Scale r1 – r19:

- [c1] 1 Slet ikke vigtigt
- [c2] 2 ikke vigtigt
- [c3] 3 mindre vigtigt
- [c4] 4 midt i mellem
- [c5] 5 lidt vigtigt
- [c6] 6 vigtigt
- [c6] 7 Meget vigtigt

SUST_PRIOR) Angiv venligst, hvor ofte du prioriterer følgende bæredygtige eller klimavenlige spisevaner i din husstand

"bæredygtige eller klimavenlige spisevaner i din husstand" = BOLD TEXT

GSSQ1 - Grid Single Select Question:

Randomize Statements r.1 – r9.

Statement:

- r1. Spise økologiske produkter
- r2. Spise lokalt producerede fødevarer
- r3. Begrænsning af forbruget af animalske produkter
- r4. Spise årstidens frugt og grønt
- r5. Opmærksomhed på dyrevelfærd i fødevarer
- r6. Reduktion af madspild
- r7. Øge forbruget af naturlige, minimalt forarbejdede fødevarer og reducere forbruget af højt forarbejdede fødevarer
- r8. Øge forbruget af bælgfrugter
- r9. Begrænse forbruget af rødt kød (okse- og lammekød)
- r10. Andet (Angiv venligst): _____ **Open ended with text**

Scale r1.-r10.:

- [c1] 1 Aldrig
- [c2] 2 sjældent
- [c3] 3 af og til
- [c4] 4 omkring halvdelen af gangene
- [c5] 5 ofte

[c6] 6 som regel

[c7] 7 Altid

HEALTH_CHANGE_WILL) Angiv venligst, i hvor høj grad du er enig i følgende udsagn om dine planer for sunde spisevaner.

GSSQ1 - Grid Single Select Question:

Statement:

r1. Jeg har ingen planer om at begynde at spise sundere inden for de næste seks måneder

r2. Jeg planlægger at begynde at spise sundere inden for de næste seks måneder

r3. Jeg planlægger at begynde at spise sundere inden for den næste måned

r4. Jeg er allerede begyndt at spise sundere inden for de sidste seks måneder

r5. Jeg er allerede begyndt at spise sundere for mere end seks måneder siden

r6. Andet (Angiv venligst): _____ **Open ended with text**

Scale r1 - r6:

[c1] 1 Helt uenig

[c2] 2 Uenig

[c3] 3 Delvist uenig

[c4] 4 Midt i mellem

[c5] 5 Delvist enig

[c6] 6 Enig

[c6] 7 Helt enig

SUST_CHANGE_WILL) Angiv venligst, i hvor høj grad du er enig i følgende udsagn om dine planer for klimavenlige spisevaner.

GSSQ1 - Grid Single Select Question:

Statement:

- r1. Jeg har ingen planer om at begynde at spise mere klimavenligt inden for de næste seks måneder
- r2. Jeg planlægger at begynde at spise mere klimavenligt inden for de næste seks måneder
- r3. Jeg planlægger at begynde at spise mere klimavenligt inden for den næste måned
- r4. Jer er allerede begyndt at spise mere klimavenligt inden for de sidste seks måneder
- r5. Jeg er allerede begyndt at spise mere klimavenligt for mere end seks måneder siden
- r6. Andet (Angiv venligst): _____ **Open ended with text**

Scale r1 – r6:

- [c1] 1 Helt uenig
- [c2] 2 Uenig
- [c3] 3 Delvist uenig
- [c4] 4 Midt i mellem
- [c5] 5 Delvist enig
- [c6] 6 Enig
- [c6] 7 Helt enig

SPEC_SUS_CHANGE_WILL) Angiv venligst, I hvor høj grad du er villig til at ændre dine spisevaner i en mere klimavenlig retning som beskrevet nedenfor i løbet af det næste års tid.

Jeg er villig til at:

GSSQ1 - Grid Single Select Question:**Randomize Statements r.1 – r6.****Statement:**

- r1. Øge indtaget af grøntsager
- r2. Reducere kødforbruget
- r3. Reducere forbruget af rødt kød
- r4. Øge forbruget af bælgfrugter (fx linser, bønner, kikærter)
- r5. Følge en vegetar kost (plantebaseret, men æg og mejerivarer inkluderes)
- r6. Følge en vegansk kost (udelukkende plantebaseret)
- r7. Andet (Angiv venligst): _____ **Open ended with text**

Scale r1 – r7:

- [c1] 1 Helt uenig
- [c2] 2 Uenig
- [c3] 3 Delvist uenig
- [c4] 4 Midt i mellem

[c5] 5 Delvist enig

[c6] 6 Enig

[c6] 7 Helt enig

WAYS_TO_CHANGE) Hvad kan hjælpe dig med at ændre families kost i retning af en sundere og mere klimavenlig kost? Vælg alt, hvad der er relevant

MSQ1 - Multi Select Question

Randomize Statements r.1 – r10.

1. Lavere priser
2. Tilbud og kuponer
3. Bedre mærkning
4. Apps til måltidsplanlægning
5. Medier/socialt kampagner
6. Brugervenlige informative online platforme
7. Implementering af QR-koder på emballagen med information om ernæring og bæredygtighed/klima
8. Offentlige tiltag (fx frugtordninger, skolemåltidsordninger)
9. Uddannelsesprogrammer i skolen og på arbejde (fx skolehaver, madlavningskurser)
10. Workshops om ernæring og bæredygtighed i lokalsamfundene
11. Andet (angiv venligst): _____ **Open ended with text**

FPP_C_ Frew_EmotReg) Angiv venligst, i hvor høj grad du er enig i følgende udsagn:

GSSQ1 - Grid Single Select Question:

Randomize Statements r.1 – r6.

Statement:

- r1. Jeg tilbyder søde sager og snacks til mit barn som belønning for god opførsel
- r2. Jeg tilbageholder søde sager og snacks fra mit barn som reaktion på dårlig opførsel
- r3. Jeg tilbyder mit barn hans/hendes yndlingsmad til gengæld for god opførsel
- r4. Når mit barn bliver pylret, er det første jeg gør at give ham/hende noget at spise eller drikke
- r5. Når mit barn keder sig, giver jeg ham/hende noget at spise eller drikke, selv om han/hun ikke er sulten
- r6. Når mit barn er ked af det, giver jeg ham/hende noget at spise eller drikke, selv om han/hun ikke er sulten

Scale r1 – r6:

- [c1] 1 Helt uenig
- [c2] 2 Uenig
- [c3] 3 Delvist uenig
- [c4] 4 Midt i mellem
- [c5] 5 Delvist enig
- [c6] 6 Enig
- [c6] 7 Helt enig

FPP_C_PRES_RESTRIC) Angiv venligst, i hvor høj grad du er enig i følgende udsagn:

GSSQ1 - Grid Single Select Question:

Randomize Statements r.1 – r7.

Statement:

- r1. Hvis mit barn siger: "jeg er ikke sulten," prøver jeg at få ham/hende til at spise alligevel
- r2. Hvis mit barn kun spiser en lille portion, prøver jeg at få ham/hende til at spise mere
- r3. Når mit barn siger, at han/hun er færdig med at spise, prøver jeg at få mit barn til at spise en (to osv.) bid mere af maden
- r4. Hvis jeg ikke styrer eller regulerer mit barns spisning, ville han/hun spise for meget af sin yndlingsmad
- r5. Hvis jeg ikke styrede eller regulerede mit barns spisning, ville han/hun spise for meget junkfood
- r6. Jeg bliver nødt til at sikre, at mit barn ikke spiser for mange søde sager (slik, is eller kage)
- r7. Hvis mit barn er skeptisk overfor maden, beder jeg mit barn om at smage på maden

Scale r1 – r7:

- [c1] 1 Helt uenig
- [c2] 2 Uenig
- [c3] 3 Delvist uenig
- [c4] 4 Midt i mellem
- [c5] 5 Delvist enig
- [c6] 6 Enig
- [c6] 7 Helt enig

FPP_C_CONTR) Angiv venligst, i hvor høj grad du er enig i følgende udsagn:

GSSQ1 - Grid Single Select Question:

Randomize Statements r.1 – r3.

Statement:

- r1. Jeg lader mit barn spise, hvad han/hun vil
- r2. Jeg giver mit barn lov til at spise snacks, når han/hun har lyst
- r3. Ved aftensmåltidet lader jeg mit barn vælge, hvad han/hun vil spise, ud fra hvad, der serveres

Scale r1 – r3:

- [c1] 1 Helt uenig
- [c2] 2 Uenig
- [c3] 3 Delvist uenig
- [c4] 4 Midt i mellem
- [c5] 5 Delvist enig
- [c6] 6 Enig
- [c6] 7 Helt enig

FPP_MONIT) Angiv venligst, i hvor høj grad du er enig i følgende udsagn:

GSSQ1 - Grid Single Select Question:**Randomize Statements r.1 – r3.****Statement:**

- r1. Jeg holder styr på de søde sager (slik, is, kage) , som mit barn spiser
- r2. Jeg holder styr på de snacks (chips mm), som mit barn spiser
- r3. Jeg holder styr på de søde drikke (sodavand, saft, juice), som mit barn drikker

Scale r1 – r3:

- [c1] 1 Helt uenig
- [c2] 2 Uenig
- [c3] 3 Delvist uenig
- [c4] 4 Midt i mellem
- [c5] 5 Delvist enig
- [c6] 6 Enig
- [c6] 7 Helt enig

FPP_INVOLV_MODEL) Angiv venligst, i hvor høj grad du er enig i følgende udsagn:

GSSQ1 - Grid Single Select Question:**Randomize Statements r.1 – r6.****Statement:**

- r1. Jeg inddrager mit barn i planlægningen af families måltider
- r2. Jeg lader mit barn hjælpe med at tilberede families måltider

- r3. Jeg opfordrer mit barn til at deltage i indkøb af dagligvarer
r4. Jeg prøver at spise sund mad foran mit barn, selv om det ikke er min favorit
r5. Jeg prøver at vise begejstring for at spise sund mad
r6. Jeg viser mit barn, hvor meget jeg nyder at spise sund mad

Scale r1 – r6:

- [c1] 1 Helt uenig
[c2] 2 Uenig
[c3] 3 Delvist uenig
[c4] 4 Midt i mellem
[c5] 5 Delvist enig
[c6] 6 Enig
[c6] 7 Helt enig

FPP_TECHNUTR_BALANCE) Angiv venligst, i hvor høj grad du er enig i følgende udsagn:

GSSQ1 - Grid Single Select Question:

Randomize Statements r.1 – r7.

Statement:

- r1. Jeg taler med mit barn om, hvorfor det er vigtigt at spise sundt
r2. Jeg taler med mit barn om madens næringsværdi
r3. Jeg fortæller mit barn, hvad han/hun må spise uden at give en begrundelse
r4. Jeg opmuntrer mit barn til at prøve nye fødevarer
r5. Jeg fortæller mit barn at sund mad smager godt
r6. Jeg opfordrer mit barn til at spise varieret mad
r7. Jeg taler med barn om madens klimaaftryk og bæredygtighed

Scale r1 – r7:

- [[c1] 1 Helt uenig
[c2] 2 Uenig
[c3] 3 Delvist uenig
[c4] 4 Midt i mellem
[c5] 5 Delvist enig
[c6] 6 Enig
[c6] 7 Helt enig

IMPLEM_SUCCESS_OR_NO) Angiv venligst, hvordan du oplever resultatet af at gennemføre de strategier, du har angivet, at du bruger i tilknytning til dit barns madvaner

GSSQ1 - Grid Single Select Question:

Randomize Statements r.1 – r4.**Statement:**

r1. Jeg føler generelt, at jeg har succes med at gennemføre strategierne

r2. Jeg føler, at jeg ofte møder udfordringer, når jeg skal gennemføre strategierne

r3. Jeg har dårlig samvittighed over nogle af mine strategier eller over ikke at følge dem

r4. Jeg er forsigtig med at lægge for meget pres på mit barn, når jeg gennemfører disse strategier

Scale r1 – r4:

[[c1] 1 Helt uenig

[c2] 2 Uenig

[c3] 3 Delvist uenig

[c4] 4 Midt i mellem

[c5] 5 Delvist enig

[c6] 6 Enig

[c6] 7 Helt enig

FES) Hvor ofte oplever du nedenstående følelser, når du gennemfører de netop angivne strategier?

Hvis du ikke er sikker, så giv dit bedste bud: Hvor ofte har du haft disse følelser, når du giver dit barn mad?

GSSQ1 - Grid Single Select Question:**Randomize Statements r.1 – r8.****Statement:**

r1. elsket

r2. tilfreds

r3. afslappet

r4. glad

r5. Alene

r6. Anspændt

r7. vred

r8. frustreret

Scale r1 – r8:

[c1] 1 Aldrig

[c2] 2 sjældent

[c3] 3 af og til

[c4] 4 omkring halvdelen af gangene

[c5] 5 ofte

[c6] 6 som regel

[c7] 7 Altid

HEALTH_CONC) Angiv venligst, i hvor høj grad du er enig i følgende udsagn om dit helbred og dit barns helbred.

DMQ1 - Dropdown Menu Question

Randomize Statements r.1 – r9.

Statement:

- r1. Jeg er opmærksom på ændringer i mit/mit barns helbred
- r2. Jeg er normal opmærksom på mit/mit barns sundhed
- r3. Jeg reflekterer meget over mit/mit barns sundhed
- r4. Jeg er meget bevidst om mit/mit barns helbred
- r5. Jeg er generelt opmærksom på mine/mit barns indre følelser om mit/mit barns helbred
- r6. Jeg undersøger konstant mit/mit barns helbred
- r7. Jeg er meget involveret i mit/mit barns sundhed
- r8. Jeg er opmærksom på mit/mit barns helbred, når jeg går gennem dagen
- r9. Jeg lægger mærke til, hvordan jeg/mit barn har det fysisk, når jeg/mit barn går gennem dagen

Columns:

- a) Mit
- b) Mit barns

Scale r1 – r9:

- [[c1] 1 Helt uenig
- [c2] 2 Uenig
- [c3] 3 Delvist uenig
- [c4] 4 Midt i mellem
- [c5] 5 Delvist enig
- [c6] 6 Enig
- [c6] 7 Helt enig

GREEN_VALUES) Angiv venligst, i hvor høj grad du er enig i følgende udsagn:

GSSQ1 - Grid Single Select Question:

Randomize Statements r.1 – r5.

Statement:

- r1. Det er vigtigt for mig, at de produkter, jeg bruger, ikke skader miljøet
- r2. Mine indkøbsvaner er påvirket af min bekymring for vores miljø
- r3. Jeg er bekymret for at ødsle med vores planets ressourcer
- r4. Jeg vil beskrive mig selv som miljøansvarlig
- r5. Jeg accepterer besværet med at træffe handlinger, der er mere miljøvenlige

Scale r1 – r5:

- [[c1] 1 Helt uenig
- [c2] 2 Uenig
- [c3] 3 Delvist uenig
- [c4] 4 Midt i mellem
- [c5] 5 Delvist enig
- [c6] 6 Enig
- [c6] 7 Helt enig

FOOD_SECURITY) Angiv venligst, hvor ofte noget af det følgende er sket for dig inden for de seneste 12 måneder i forbindelse med familiens måltider.

I de sidste 12 måneder,

GSSQ1 - Grid Single Select Question:**Randomize Statements r.1 – r3.****Statement:**

- r1. Jeg (eller andre voksne i husstanden) var nødt til at skære ned på måltidernes størrelse eller springe måltider over, fordi der ikke var penge nok til mad.
- r2. Det skete, at jeg var sulten, men spiste ikke, fordi jeg ikke havde råd til mad
- r3. Vi havde ikke råd til at spise varierede måltider

Scale r1 – r3:

- [c1] 1 Aldrig
- [c2] 2 sjældent
- [c3] 3 af og til
- [c4] 4 omkring halvdelen af gangene
- [c5] 5 ofte
- [c6] 6 som regel
- [c7] 7 Altid

FEHQ) Angiv venligst, hvor ofte din familie følger nedenstående spisevaner.

GSSQ1 - Grid Single Select Question:

Randomize Statements r.1 – r9.

Statement:

- r1. Min familie spiser store måltider
- r2. I min familie bliver der serveret store portioner mad
- r3. I min familie bliver medlemmerne opfordret til at tage en ekstra portion ved måltiderne
- r4. At spise sammen er den vigtigste del af vores ferier og højtider
- r5. Alle mine familiemedlemmer spiser regelmæssigt sammen
- r6. Spisning er en vigtig del af mit familieliv
- r7. Måltider er en vigtig del af mit familieliv
- r8. Jeg eller andre voksne tjekker telefonen under måltiderne
- r9. Mit barn tjekker sin telefon under måltiderne

Scale r1 – r9:

- [c1] 1 Aldrig
- [c2] 2 sjældent
- [c3] 3 af og til
- [c4] 4 omkring halvdelen af gangene
- [c5] 5 ofte
- [c6] 6 som regel
- [c7] 7 Altid

FCQ) Angiv venligst, i hvor høj grad du er enig i følgende udsagn.

Det er vigtigt for mig, at den mad, jeg spiser på en typisk dag:

GSSQ1 - Grid Single Select Question:

Randomize Statements r.1 – r19.

Statement:

- r1. Indeholder en masse vitaminer og mineraler
- r2. Holder mig sund
- r3. Har en høj næringsværdi
- r4. Er let at tilberede/forberede
- r5. Tager ingen tid at tilberede/forberede
- r6. Er let tilgængelig i butikker og supermarkeder
- r7. Ikke indeholder tilsætningsstoffer
- r8. Indeholder naturlige ingredienser
- r9. Ikke indeholder kunstige ingredienser
- r10. Ikke er dyr
- r11. Er billig
- r12. Er god værdi for pengene
- r13. Er, hvad jeg normalt spiser
- r14. Er velkendt
- r15. Dufter dejligt
- r16. Ser godt ud
- r17. Smager godt
- r18. Hjælper mig med at kontrollere min vægt
- r19. Har et lavt fedtindhold

Scale r1 – r19:

- [[c1] 1 Helt uenig
- [c2] 2 Uenig
- [c3] 3 Delvist uenig
- [c4] 4 Midt i mellem
- [c5] 5 Delvist enig
- [c6] 6 Enig
- [c6] 7 Helt enig

SNACK_SCORE_1) Hvor ofte spiste du og dit barn følgende madvarer som mellemmåltid i går? Hvis du ikke er sikker på, hvor ofte dit barn spiste en bestemt madvare i går, markerer du blot dit bedste bud.

DMQ1 - Dropdown Menu Question

“i går” = **BOLD** text

Randomize Statements r.1 – r12.

Statement:

- r1. Frugt (f.eks. vindruer, æbler, bananer)
- r2. Grøntsager (f.eks. gulerødder, agurker, peberfrugter)
- r3. Yogurt
- r4. Mælk
- r5. Rugbrød
- r6. Slik/chokolade
- r7. Kiks/cookies
- r8. Bagværk/kager
- r9. Chips og andre lignende salte snacks
- r10. Rosiner/frugtstang
- r11. Søde drikke (f.eks. sodavand, juice, saft)
- r12. Søde sukkerfri drikke (f.eks. light sodavand, sukkerfri saft)
- r13. Andet (Angiv venligst)

Columns:

- a) I går spiste jeg disse ting som mellemmåltid ___gange
- b) I går spiste mit barn disse ting som mellemmåltid __ gange

”jeg” = **BOLD text**

”barn” = **BOLD text**

Scale for r1 – r13:

- [c1] 0
- [c2] 1
- [c3] 2
- [c4] 3
- [c5] 4 +

SNACK_SCORE_2) Hvor ofte snacker du og dit barn med følgende madvarer som mellemmåltid? Hvis du ikke er sikker på, hvor ofte dit barn snacker en bestemt madvare, markerer du blot dit bedste bud.

DMQ1 - Dropdown Menu Question

Randomize Statements r.1 – r12.

Statement:

- r1. Frugt (f.eks. vindruer, æbler, bananer)
- r2. Grøntsager (f.eks. gulerødder, agurker, peberfrugter)
- r3. Yogurt
- r4. Mælk
- r5. Rugbrød
- r6. Slik/chokolade
- r7. Kiks/cookies
- r8. Bagværk/kager
- r9. Chips og andre lignende salte snacks
- r10. Rosiner/frugtstang
- r11. Søde drikke (f.eks. sodavand, juice, saft)
- r12. Søde sukkerfri drikke (f.eks. liget sodavand, sukkerfri saft)
- r13. Andet (Angiv venligst)

Columns:

- a) Generelt snacker jeg disse ting som mellemmåltid ...
- b) Generelt snacker mit barn disse ting som mellemmåltid ...

"jeg" = BOLD text

"barn" = BOLD text

Scale for b) r1 – r13:

- [c1] 1 Aldrig
- [c2] 2 Sjældent
- [c3] 3 Af og til
- [c4] 4 Ofte
- [c5] 5 Hver dag

INJ_NORMS) Angiv, i hvor høj grad du er enig i følgende udsagn om, hvordan du tror andre synes du bør handle, når du giver dit barn mad

GSSQ1 - Grid Single Select Question:

Randomize Statements r.1 – r5.

Statement:

- r1. Mine kvindelige venner synes, jeg skal give mit barn sund og/eller klimavenlig mad
- r2. Min partner synes, at jeg skal give mit barn sund og/eller klimavenlig mad
- r3. Mine kvindelige familiemedlemmer synes, jeg skal give mit barn sund og/eller klimavenlig mad
- r4. Personalet (lærerne) fra mit barns daginstitution (skole) synes, at jeg skal give mit barn sund og/eller klimavenlig mad
- r5. Mine mandlige venner synes, jeg skal give mit barn sund og/eller klimavenlig mad
- r6. Mine mandlige familiemedlemmer synes, jeg skal give mit barn sund og/eller klimavenlig mad

Scale r1 – r5:

- [c1] 1 Helt uenig
- [c2] 2 Uenig
- [c3] 3 Delvist uenig
- [c4] 4 Midt i mellem
- [c5] 5 Delvist enig
- [c6] 6 Enig
- [c6] 7 Helt enig

DESR_NORMS) Angiv, i hvor høj grad du er enig i følgende udsagn om, hvordan andre handler, når de giver dit barn mad.

GSSQ1 - Grid Single Select Question:**Statement:**

- r1. Min partner giver vores barn sund og/eller og klimavenlig mad
- r2. Mine kvindelige venner giver deres barn sund og/eller klimavenlig mad
- r3. Mine kvindelige familiemedlemmer giver deres barn sund og/eller og klimavenlig mad
- r4. Mine mandlige familiemedlemmer giver deres barn sund og/eller klimavenlig mad
- r5. Mine mandlige venner giver deres barn sund og/eller klimavenlig mad

Scale r1 – r5:

- [c1] 1 Helt uenig
- [c2] 2 Uenig
- [c3] 3 Delvist uenig
- [c4] 4 Midt i mellem
- [c5] 5 Delvist enig
- [c6] 6 Enig
- [c6] 7 Helt enig

SHOP_CHAN) Når du handler dagligvarer, hvor handler du så normalt?

Vælg venligst alt, hvad der er relevant

MSQ1 - Multi Select Question

Randomize Statements r.1 – r4.

1. Supermarkeder/ hypermarkeder/ dagligvarebutikker
2. Online (hjemmesider, apps osv.)
3. Lokale landmænd, frugt- og grøntsagsbutikker
4. Måltidskasser
5. Andet (angiv venligst): _____ **Open ended with text**

COOKING_CONFIDENCE) Angiv venligst, i hvor høj grad du er enig i følgende.

Jeg har viden og færdigheder til at tilberede følgende typer måltider til min familie:

GSSQ1 - Grid Single Select Question:

Randomize Statements r.1 – r3.

Statement:

r1. Sunde måltider

r2. Kødreducerede måltider

r3. Måltider med bælgfrugter (bønner, linser eller kikærter)

Scale r1 – r3:

[c1] 1 Helt uenig

[c2] 2 Uenig

[c3] 3 Delvist uenig

[c4] 4 Midt i mellem

[c5] 5 Delvist enig

[c6] 6 Enig

FAMILY_STRUCTURE) Hvad er din familiestruktur

SSQ1 - Single Select

1. Bor alene med børn
2. Bor sammen men barnets far/mor
3. Samboende med børn
4. Andet (angiv venligst): _____ Open ended with text

HEALTH_SELPERCEPTION) hvordan vil du beskrive dit helbred generelt?

SRQ1 - Slider Rating Question

1. 1. Meget dårligt
2. 2

3. 3
4. 4
5. 5
6. 6
7. 7. Meget Godt
8. 8. Ved ikke

BMI) Hvad er din højde og vægt? Angiv venligst målene så præcist, som du kender dem

NQ1 - Numeric Question

1. Højde i cm: _____ **Open ended with numbers**
2. Vægt i kg: _____ **Open ended with numbers**
3. Ønsker ikke at svare

EDUC) Hvad er den højeste grad eller det højeste uddannelsesniveau, du har afsluttet?

SSQ1 - Single Select

1. Folkeskole
2. Gymnasiet
3. Bachelorgrad
4. kandidatgrad
5. Ph.d. eller højere
6. Andet (angiv venligst): _____ **Open ended with text**
7. Ønsker ikke at svare

FINANCE) Hvordan vil du vurdere din økonomiske situation?

SRQ1 - Slider Rating Question

1. 1. Vanskelig
2. 2
3. 3
4. 4
5. 5
6. 6
7. 7. Velhavende

EMPLOYM) Hvad er din beskæftigelsesstatus?

SSQ1 - Single Select

1. Fuldtidsarbejde (35 eller flere timer/uge)
2. Deltidsarbejde (34 timer/uge eller mindre)
3. Studerende
4. Ledig (jobsøgende)
5. Hjemmegående (ikke jobsøgende)
6. Andet (angiv venligst): _____ **Open ended with text**

URBAN) Hvad beskriver bedst det område du lever i?

SSQ1 - Single Select

1. Byområde
2. Forstadsområde
3. Landområde
4. Andet (angiv venligst): _____ **Open ended with text**

Tabel 18: Profilsammensætning

Profil	Produkt	Sundhedsinformation	Bæredygtighedsinformation	Pris
1	1	2	1	2
2	1	1	2	3
3	1	1	1	1
4	2	1	2	2
5	2	2	2	1
6	2	2	1	3
7	2	1	1	1
8	1	2	2	1

Tabel 19: Produkt-attributter og niveauer

Eksp. nr.	Produkt	Sundhedsinformation	Bæredygtighedsinformation	Pris*
1	1 – Chokolade chip cookies (mindre sundt & mindre bæredygtigt)	1 – Ingen information	1 – Ingen information	MP - 25%
	2 – Friskskåret frugt (sundere & mere bæredygtigt)	2 – Dette produkt er en god kilde til antioxidanter	2 – Dette produkt er produceret miljøvenligt: mindre forarbejdning og et lavere CO2-aftryk	MP
				MP + 25%
2	1 – Hotdog pølser (mindre sundt & mindre bæredygtigt)	1 – Ingen information	1 – Ingen information	MP - 25%
	2 – Plante-baserede hotdog pølser (sundere & mere bæredygtige)	2 – Dette produkt er en god kilde til protein	2 – Dette produkt er produceret miljøvenligt: mindre forarbejdning og et lavere CO2-aftryk	MP
				MP + 25%
3	1 – Spaghetti (mindre sundt & mindre bæredygtigt)	1 – Ingen information	1 – Ingen information	MP - 25%
	2 – Fuldkorns spaghetti (sundere & mere bæredygtige)	2 – Dette produkt er en god kilde til komplekse kulhydrater	2 – Dette produkt er produceret miljøvenligt: mindre forarbejdning og et lavere CO2-aftryk	MP
				MP + 25%

* Priserne, der er inkluderet i øvelsen, var produktspecifikke, hvilket betyder, at prisniveauerne var forskellige for hvert produkt, selv inden for hvert eksperiment.

Bilag 7 Kostprincipper og aldersgrupper – Forældre og børn

Tabel 20: Forældres kostprincipper fordelt over børns aldersgruppering.

Kostprincipper og aldersgrupper (forældre)										
									Total	
	2-5 år		6-9 år		10-13 år		14-16 år		N	%
	N	%	N	%	N	%	N	%		
Omnivor	357	89.0%	354	88.5%	359	89.3%	343	84.7%	1413	87.9%
Pescetar	6	1.5%	4	1.0%	2	0.5%	5	1.2%	17	1.1%
Fleksitar	23	5.7%	20	5.0%	18	4.5%	26	6.4%	87	5.4%
Vegetar	5	1.2%	5	1.3%	6	1.5%	11	2.7%	27	1.7%
Vegansk	4	1.0%	3	0.8%	2	0.5%	3	0.7%	12	0.7%
Andet	6	1.5%	14	3.5%	15	3.7%	17	4.2%	52	3.2%
Total	401	100.0%	400	100.0%	402	100.0%	405	100.0%	1608	100.0%

Tabel 21: Børns kostprincipper fordelt over børns aldersgruppering.

Kostprincipper og aldersgrupper (børn)										
	2-5 år		6-9 år		10-13 år		14-16 år		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Omnivor	368	91.8%	361	90.3%	367	91.3%	353	87.2%	1449	90.1%
Pescetar	3	0.7%	6	1.5%	6	1.5%	6	1.5%	21	1.3%
Fleksitar	17	4.2%	14	3.5%	13	3.2%	21	5.2%	65	4.0%
Vegetar	4	1.0%	4	1.0%	5	1.2%	7	1.7%	20	1.2%
Vegansk	1	0.2%	1	0.3%	1	0.2%	1	0.2%	4	0.2%
Andet	8	2.0%	14	3.5%	10	2.5%	17	4.2%	49	3.0%
	401	100.0%	400	100.0%	402	100.0%	405	100.0%	1608	100.0%

Om DCA

DCA - Nationalt Center for Fødevarer og Jordbrug er den faglige indgang til jordbrugs- og fødevarerforskningen ved Aarhus Universitet.

Centret omfatter institutter og forskningsmiljøer, der har aktiviteter på jordbrugs- og fødevarerområdet. Det er primært Institut for Agroøkologi, Institut for Husdyrvidenskab, Institut for Fødevarer, Center for Kvantitativ Genetik og Genomforskning samt dele af Institut for Ingeniørvidenskab.

Aktiviteterne i DCA understøttes af en centerenhed, der varetager og koordinerer opgaver omkring myndighedsbetjening, erhvervs- og sektorsamarbejde, internationalt samarbejde og kommunikation.

Forskningsresultater fra DCA

Resultater fra forskningen publiceres i internationale, videnskabelige tidsskrifter. Publikationerne kan findes via universitets publikationsdatabase (pure.au.dk).

DCA rapporter

DCA's rapportserie formidler hovedsageligt myndighedsrådgivning fra DCA til Miljø- og Fødevarerministeriet. Der kan også udgives rapporter, som formidler viden fra forskningssaktiviteter. Rapporterne kan frit hentes på centrets hjemmeside: dca.au.dk.

Nyhedsbreve

DCA udsender et nyhedsbrev, der løbende orienterer om jordbrugs- og fødevarerforskningen og herunder om nye forskningsresultater, rådgivning, uddannelse, arrangementer og andre aktiviteter. Det er gratis at tilmelde sig nyhedsbrevet, og det kan ske på dca.au.dk.

RESUME

Hvordan forsøger forældre at påvirke deres børn, når det gælder sunde og klimavenlige spisevaner? Via et litteraturreview, kvalitative interviews med 21 forældre og en spørgeskemaundersøgelse med 1.608 forældre til børn mellem 2-16 år, afdækkes forældres prioriteringer og strategier i madsocialiseringen af deres børn. Resultaterne viser, at forældre har størst indflydelse på små børns spisevaner, men fortsætter med at påvirke dem gennem barndommen. Forældrene viser sig overordnet at have en god forståelse for, hvilke strategier der generelt anses som enten fremmende (fx selvregulering) eller mindre hensigtsmæssige (fx belønning og kontrol) for deres børns sunde og klimavenlige spisevaner. De rapporterer således også en højere grad af opfattet succes med deres madsocialisering ved anvendelse af de fremmende strategier, mens de hæmmende strategier er forbundet med en opfattelse af mindre succes. Bæredygtighed og hensyn til klima prioriteres generelt mindre end sundhed af forældrene, og villighed til at spise mere klimavenligt afhænger bl.a. af forældrenes madlavningskompetencer og viden om fødevarers effekter på sundhed og klima. Rapportens resultater kan bruges til at fremme sundere og mere bæredygtige spisevaner i danske familier.