



Prosjektnotat nr. 1-2004

Gun Roos og Margareta Wandel

Menn og mat
Menn, yrkesgruppe og helselevsstil:
En kvalitativ studie

SIFO

© SIFO 2005

Prosjektnotat nr. 1 - 2004

STATENS INSTITUTT FOR FORBRUKSFORSKNING

Sandakerveien 24 C, Bygg B

Postboks 4682 Nydalen

0405 Oslo

www.sifo.no

Det må ikke kopieres fra denne rapporten i strid med åndsverksloven. Rapporten er lagt ut på internett for lesing på skjerm og utskrift til eget bruk. Enhver eksemplarframstilling og tilgjengeliggjøring utover dette må avtales med SIFO. Utnyttelse i strid med lov eller avtale, medfører erstatningsansvar.

Tittel Menn og mat Menn, yrkesgrupper og helselevsstil: En kvalitativ studie	Antall sider 35	Dato 13.02.2004
Forfatter(e) Gun Roos og Margareta Wandel	Prosjektnummer 11-2000-35	Faglig ansvarlig sign. 
Oppdragsgiver Norges forskningsråd		
Sammendrag Moderne spising beskrives som komplekst. Studier har i hovedsak vært basert på kvinners svar og man vet mindre om hvordan menn opplever mat og spising. Målet for denne studien er å beskrive menns oppfatninger om mat og spising i moderne tid. Studien er basert på diskursanalyse av semi-strukturerte intervjuer med 20 tømrer/snekker, 15 ingeniører og 11 sjåfører som arbeidet i Oslo området i perioden 2001-2003. Spising ble ofte beskrevet som en rutine og var kun tilfeldig karakterisert som problematisk. Da mat beskrevs som problematisk var det ikke påvist å ha konsekvenser for valg av mat i hverdagen. Målet med å spise på hverdagen var fremst å bli mett. Mat hadde også positive meninger, det beskrevs som en del av helgekos, nytelse og smakopplevelse.		
Summary Modern eating is described as increasingly complex. However, most accounts come from studies on women. Little is known about the whole range of men's experiences of eating. This paper seeks to explore how men relate to the complexity of food consumption. It is based on a discourse analysis of semi-structured interviews conducted in 2001-2003 with 20 carpenters, 15 engineers and 11 drivers from the Oslo area. Eating was often portrayed as an untroubled routine and only occasionally was food conceived as problematic. When food was described as problematic it was not evident that it has consequences for everyday choice of food. The aim of eating on weekdays was often to become full. Food was also viewed as something positive, part of pleasure and coziness on weekends.		
Stikkord Men, mat oppfatning, yrke		
Keywords Men, food meaning, occupation		

Menn og mat

Menn, yrkesgruppe og helselevsstil: En kvalitativ studie

av

Gun Roos og Margareta Wandel

2004

STATENS INSTITUTT FOR FORBRUKSFORSKNING
postboks 4682, 0405 Oslo

Prolog¹

Tanker om sunt liv fra tømrer:

Det e å passe på kroppen sin.
 Holde seg fysisk aktiv.
 Ikkje røyke, gå på heroin, noe sånn.
 Det er jo et sunt liv.
 At man har noen aktivitet å holde på med.
 Det må jo være sunt,
 hobbya
 ha ting utenom.
 Sånn at man ikkje bare har jobb
 går heim sitter ser på tv'n heile tida. (C2)

Nei, jeg drømmer ikke om å leve et sunt liv, jeg.
 Men jeg syns jo sjøl jeg er sunn da,
 jeg syns jeg spiser normalt
 jeg er i mye aktivitet.
 Det syns jeg er sunt nok, jeg. (C11)

Tanker om sunt liv fra sjåfører:

Et sunt liv? Nei det var et vanskelig spørsmål. Et sunt liv?
 Det må jo være å leve normalt da.
 Ikke flåse for mye med mat
 prøve å holde det på et normalt stadium.
 Det må jo være et bra sunt liv.
 Det mener jeg i hvert fall,
 det er sikkert mange meninger om det. (D4)

Grønnsaker
 å løype.
 Det er vel sikkert veldig sunt.
 Ønsker du å ha et sånt liv? Nei?
 Jeg tror og håper
 jeg får litt trim gjennom jobben.
 På den grunn
 tillater jeg meg kanskje å spise litt usunt.
 Jeg tror og håper
 jeg bruker opp mye av det i jobben. (D2)

Tanker om sunt liv fra ingeniører:

Holde seg i rimelig god form
 så du på en måte orker hverdagen.
 At du spiser sunt. (E1)

¹ Intervjutekst har omarbeidets til "dikter" gjennom å utelate unødvendige bindeord

Måtehold og variasjon er min livsstil. (E5)

Å være sporty
være ute
bruke natur
det mener jeg
er viktig for et sunt liv. (E9)

Jeg tror hvis du greier å få en indre harmoni og trygghet,
liker deg sjøl
liker tilværelsen rundt deg
tror jeg at det er sunt
rett og slett.

Men det er klart du kan jo ikke bare,
hvis livet er å sitte på jobben gå hjem sette deg i sofaen se på tv'n
så spørs det om det er sunt,
drikker cola og potetgull
så er det vel ikke det.

Men hvis du har en noen lunde allright aktivt liv
beveger deg litt,
rett og slett.

Det tror jeg betyr veldig mye.
Lee på seg.

Hvis du gjør det
har den indre roen tryggheten
så tror jeg du lever et sunt liv,
rett og slett.

Om du røyker litt innimellom
eller hva du gjør
så tror jeg ikke det gjør
så forbaska mye. (E4)

Forord

Dette notatet redegjør for første resultater i prosjektet ”Menn, yrkesgruppe og helselevsstil: En kvalitativ studie” som er gjennomført ved Statens institutt for forbruksforskning (SIFO) 2000-2003. Rapporten bygger på de analyser, resultater og utkast til artikkel som var ferdige i desember 2003. Prosjektet er finansiert av Norges forskningsråd, programmet medisin og helse.

Prosjektansvarelig på SIFO er Gun Roos. Professor Margareta Wandel ved Institutt for ernæringsforskning UiO har også deltatt aktivt i alle ledd av forskningsprosjektet. Førsteamanuensis Marianne Lien ved Sosialantropologisk institutt UiO har bidratt i planlegging av prosjekt, datainnsamling og intervjuguide.

Vi vil rette en stor takk til de personer, bedrifter og organisasjoner som vært involvert i prosjektet og rekruttering av informanter. Særlig er vi takknemlige for innsats og interesse hos alle de mennene som deltok i intervjuene.

Oslo januar 2004

STATENS INSTITUTT FOR FORBRUKSFORSKNING

Innhold

Prolog	5
Forord.....	7
Innhold	9
1 Problemstillinger.....	11
2 Bakgrunn og formål	13
3 Teoretisk tilnærming.....	15
4 Forskningsdesign og metode.....	17
4.1 Informanter.....	17
4.2 Intervjuet	18
4.3 Analyse	18
5 Menn og mat	19
5.1 Introduksjon og bakgrunn	19
5.2 Spising er rutine og alminnelig forbruk	21
5.3 Spising er potensielt problematisk	22
5.4 Spising betyr å bli mett	24
5.5 Spising er nytelse og kos på helgene.....	25
5.6 Spising er en gourmet opplevelse	26
6 Konklusjon.....	28
Litteratur.....	31

1 Problemstillinger

Hovedmålet med prosjektet ”Menn, yrkesgruppe og helselivsstil: En kvalitativ studie” er å bidra til bedre forståelse av sosiale ulikheter i helsevaner gjennom en kvalitativ analyse av helselivsstil i tre yrkesgrupper av menn. Prosjektet er fokusert på hvordan sosiale og kulturelle faktorer kan være barrierer for helsevaner (ernæring, fysisk aktivitet, røyking, alkohol) blant menn med ulike yrkesstatus.

Delmålene er:

- å beskrive mønster av mat- og øvrige helsevaner og -oppfatninger blant menn i yrkesgrupper
- økt kunnskap om hvordan sosiale forhold, arbeidsbetingelser og kulturelle verdier preger helsevaner og -oppfatninger
- økt kunnskap om barrierer til helselivsstil blant menn i ulike yrkesgrupper
- økt kunnskap om hvordan menn oppfatter helsefremmende aktiviteter

I dette notat beskrives menns oppfatninger om mat og spising. De øvrige problemstillingene vil bli tema i andre notater eller artikler.

2 Bakgrunn og formål

Sosial ulikhet i helse har de siste årtiondene vært et av de største folkehelseproblemet og har utviklets til et forskningsfelt (Elstad 2000, Macintyre 1997, Mackenbach m.fl. 2002). Det er veldokumentert i Vest Europa at de som er fattigere, har lavere yrkesstatus og lavere utdanningsnivå også er sykere og lever kortere (Marmot m.fl. 1991, Mackenbach m.fl. 1997). Forskning på sosial ulikhet i helse har gradvis skiftet fra beskrivelse til forklaring og intervensjon. Årsakene til variasjon i helseulikheter er kompleks; i tillegg til individuelle faktorer spiller sosiale strukturer, kultur og politiske beslutninger en roll i utvikling av ulikheter i helse. Ulikheter i helse har blitt relatert til mange forskjellige faktorer (barndom, materiell status, helsevaner, helseservice, psykososiale og kulturelle faktorer) og forklaringer til forskjellene har blitt gruppert som statistisk artefakt, sosial mobilitet/seleksjon, atferd, psykososiale og (Elstad 2000, Macintyre 1997, Mackenbach m.fl. 2002).

Siden 1970-tallet har kosthold og helse hatt en positiv utvikling i Norge og denne utviklingen har blitt påvirket av mange prosesser og politikker (Johansson and Solvoll 1999, Roos m.fl. 1997, Roos m.fl. 2002). Men ulikheter i helse og kosthold har ikke blitt borte (Dahl and Elstad 2001, Johansson and Solvoll 1999). Lavere sosial posisjon, lav utdanningsnivå og arbeideryrke har samband med dårlig helse (Dahl and Elstad 2001). Man har argumentert at ulikhet i helse i Norge og øvrige nordiske land til stor del beror på ulikheter i hjert-kar dødelighet (Mackenbach m.fl. 1997). Da forhøyd risk for hjert-kar-lidelser er assosiert med helsevaner kan helsevaner ha betydning for oppkomst av ulikheter. Studier har vist at de som tilhører svakerestilte sosiale grupper pleier å ha mer risk atferd og mindre interesse i fremtidig helse (Blaxter 1990, Whitehead 1997, Cavelaars 1998, Roos 1998). Den roll kosthold og livsstil spiller i utvikling av ulikheter i helse er ikke helt klar og få studier har prøvd å forklare sosiale forskjell i kosthold (Prättälä m.fl. 2002). Sosiale og kulturelle faktorer og variasjon i energibehov har foreslått som forklaring (Davey Smith and Brunner 1997, Roos 1998). Norske studier (Johansson and Solvoll 1999, Kvaavik m.fl. 1999, Wandel and Fagerli 1999) har i likhet med Europeiske (Roos m.fl. 1999) viset at de som har høyre utdanningsnivå og høyre sosioøkonomisk status pleier å ha sunnere kosthold og spise mer grønnsaker og frukt enn de med lavere utdanningsnivå og lavere sosioøkonomisk status.

Effekten av sosioøkonomiske kostholdsforskjell forefaller mer relevant blant menn jempført med kvinner. Norkost studiene fra 1993-94 og 1997 viser at men og kvinner med høyre utdanningsnivå (13 år og mer) har et høyre inntak av frukt og skummet melk enn de med lavere utdanning. I tillegg har menn med høyre utdanning et høyre inntak av grønnsaker og fisk og et lavere inntak av kjøtt og brus enn menn med lavere utdanning (Johansson and Solvoll 1999). Kjønnforskjellene kan reflektere det at mat og helse er feminine områder (Jensen and Holm 1999) og at kvinner er mer opptatt av helse og matkvalitet enn menn (Wandel and Fagerli 1999).

Sosial klasse- og kjønnforskjeller i kosthold kan ses som uttrykk av sosial og kulturell identitet. Sosiale grupper kan opptre i overensstemmelse med det som er passende for deres gruppe for å atskille seg fra andre (Bourdieu 1989). Spesiell mat og typer av måltider kan fungere som symbolske markører. For eksempel, kjøtt markerer maskulinitet og menn forventes å

spise store mengder mat. Menn synes å velge mat som er plassert høyre på mathierarkiet (Jensen and Holm 1999). Tidligere studier har vist at det i hovedsak er kvinner som ansvarer for og er assosiert med matinnkjøp og matlaging (e.g. Charles and Kerr 1988, DeVault 1991, Wandel m.fl. 1995) og kvinner er mer opptatt av matkvalitet og matsikkerhet enn menn (Wandel and Fagerli 1999). En gjennomgang av mat og kjønn i sosiologisk litteratur (Jensen and Holm 1999) viser at studier har i hovedsak vært basert på kvinners svar og det savnes sosio-kulturelle studier av matvaner og matlagning blant menn. En kvalitativ studie blant finske skogsarbeider og tømrer konkluderte at tradisjon, arbeidsforhold og familieforhold preger helselivsstil blant menn fra arbeiderklassen (Prättälä 1998).

Den offisielle ernæringspolitikken går i Norge tilbake til 1976 (Norwegian Ministry of Agriculture 1976). Strategiene man brukt har vært fokusert på strukturer som påvirker hele befolkningen, for eksempel, skoler og helseservice. Utdanning, informasjon, anbefalinger, lover, priser og subsidiering har blitt brukt som virkemidler (SEF 2000). Norsk helsepolitikk har som mål å redusere ulikheter i helse, men likevel er betydelige ulikheter i sykelighet og dødelighet dokumentert (Mackenbach m.fl. 1997). Dette er litt overraskende da de nordiske velferdstatene har fokusert på likhet (Kautto m.fl. 1999). Det finnes ingen enkel forklaring til dette. Selv om reduksjon av ulikheter har vært et hovedmål i helsepolitikk synes det å være vanskelig å utarbeide effektive strategier. De som jobber med helsefremmende arbeid har anerkjent at det for å tilrettelegge effektiv kommunikasjon er nødvendig å få økt kunnskap om hverdagsliv og prioriteringer og motivasjoner blant svakerestilte grupper.

Denne kvalitative studien bruker livsstilsperspektiv til å analysere hverdagsliv og helsevaner (kosthold, fysisk aktivitet, røyking, alkohol) i tre yrkesgrupper av menn. Målet er å beskrive sosiale og kulturelle faktorer som kan forfremme eller være barrierer for helsevaner blant menn med ulike yrkesstatus.

3 Teoretisk tilnærming

Sosioøkonomisk ulikhet, likhet og forskjellighet er relevante konsept for denne studien. Norge er ofte beskrevet som et relativt homogent land med likhet som et ideal (Lien m.fl. 2001). Likhet er sentralt i en humanistisk tradisjon og idealet reflekteres i en høy grad av universalism i det Nordiske velferdssystemet, helsepolitikk og institusjoner (Kautto m.fl.1999). Det finnes en sterk tendens for mennesker å tenke at man må føle likhet for å passe sammen (Gullestad 2001). Spesielt i sosialt samspill er likhet betonet og ulikhet underkommunisert (Lien 2001). Men samfunnet produserer sosiale forskjell og sosioøkonomisk status beskriver en persons relative posisjon i samfunnets sosiale stratifikasjon.

Livsstil er innom sosiologi et sentralt konsept relatert til sosial stratifikasjon. Max Weber (1978) gir teoretisk grunnlag til livsstilforskning. Weber sammenkoblet livsstil til status grupper og introduserte de to livsstilskomponentene livsvalg (life choices) og livsmuligheter (life chances). Samspillet mellom valg og muligheter er hovedelement i livsstilskonseptet (Cockerham m.fl. 1997). Forskjellige gruppers livsstil er ulike på grunn av strukturelle faktorer og å ande siden former grupper sine livsstiler for å atskille seg fra andre grupper. Med forflytningen mot postmodernism har livsstil blitt en viktig måte å skille seg ut (Giddens 1991). Giddens definerer livsstil som et kluster av vaner som oppfyller utilistiske behov og selvidentitet. Giddens beskriver hvordan individer må gjøre livsstilsvalg for å redusere kompleksitet i en tid med et mangfold av valg. Valget av livsstil kommer an på både gruppetrykk og sosioøkonomiske forhold. Bourdieu's (1989) habitus konsept kombinerer livsmuligheter og livsvalg. Da mennesker som hør til same klasse deler like erfaringer reflekterer livsstilsvalg sosial posisjon og i sin tur reproduseres klasseforskjell. Livsstilsperspektivet fokuserer oppmerksomhet på hverdagsliv og vanemønster. Stebbins (1997), som har brukt livsstilsbegrepet i kvalitativ forskning har gitt følgende definisjon: "en livsstil er et kjennetegnende felles sett av reale vaner som er organisert rundt et sett av koherente interesser eller sosiale vilkår eller begge to, som er forklart og rettfærdiggjort med et sett av relaterte verdier, attityder eller tilpasninger og som under visse vilkår blir basis for en separat felles sosial identitet for deltagerne." Stebbins (1997) sier at alle organiserer sin hverdag og sine vaner basert på i det minste en livsstil som er sosial klasse.

I helseforskning har man brukt livsstil på mange måter (Backett and Davison 1995). Ofte har livsstil blitt smalt oppfattet som en beskrivelse av en vane eller et sett av vaner, for eksempel kosthold, fysisk aktivitet, røyking. Men helsesosiologer har i tillegg til vaner inkludert attityder og verdier som en del av livsstil (Abel 1991, Cockerham m.fl. 1997). Cockerham m.fl. (1997) definerer helselivsstil som kollektive mønster av helsevaner basert på valg fra alternativer tilgjengelige til folk basert på deres livsmuligheter. Livsstilsbegrepet som brukes i denne studien bygger på denne definisjonen av helselivsstil. Livsstiler inkluderer delte vanemønster, attityder og resurser tilpasset av grupper som respons til deres sosiale og kulturelle omgivelser.

Bruket av livsstilrammeverket har følgende premisser:

-Vaner er baserte på individuelle valg, kulturelle verdier og normer, og strukturelle faktorer (for eksempel sosioøkonomisk posisjon, yrke, kjønn, familieforhold).

- Vaner danner kollektive koherente mønster. For eksempel hvis helse er viktig er det sannsynlig at det reflekteres i livsstil og vaner.
- Livsstil enders med forendringer i samfunn og kultur.

4 Forskningsdesign og metode

Prosjektet benytter kvalitativ tilnærming til å studere hverdagsliv og helselevsstil blant menn i ulike typer av yrke. Kvalitativ tilnærming brukes for å beskrive og forstå de meninger mennesker tilknytter fenomen eller prosesser. Vi intervjuede menn fra tre ulike yrkesgrupper som representerte både kroppsarbeide og stillesittende arbeide i et forsøk å utforske likheter og ulikheter.

4.1 Informanter

Vi inviterte tømrer/snekker, ingeniører og sjåfører i alderen 35-55 år som arbeidet i Oslo området til å delta i semi-strukturerte intervjuer om hverdagsliv, tanker og vaner relatert til mat, helse og arbeid. Yrkesgruppene ble valgt til å representere ulike typer av arbeid (kroppsarbeid og stillesittende) og forskjellige arbeidsforhold (for eksempel tilgang til kantine). I tillegg til at de representerte ulike sosioøkonomisk stilling valgtes yrkene til å representere variasjon i arbeidskrav, innflytelse og kontroll. Den utvalgte aldersgruppen har oppnådd en alder da helse ikke lenger er en selvfølge. Menn i denne alderen kan ha opplevd hjert-kar-lidelser personlig eller blant kolleger og venner. Oslo området ble valgt på grunn av at ulikheter i helse er ekstremt store i Oslo sammenlignet med andre kommuner i (Barstad 1995).

Mennene ble i hovedsak rekruttert gjennom telefonkontakter og brev til bedrifter. Tømrer og ingeniører ble rekruttert gjennom å kontakte 6 større bedrifter i byggebransjen. De bedriftene som stilte opp valgte ut menn i rett alder og gav dem en invitasjon å delta i et intervju. I tillegg rekrutterte vi en tømrer som arbeidet i en mindre bedrift gjennom en bekjent. Sjåfører ble rekruttert gjennom å kontakte transport-, lokale buss- og taksibedrifter.

Vi intervjuet 20 tømrer/snekker (fra 2 store bedrifter og en liten), 15 ingeniører (fra 4 bedrifter) og 11 sjåfører (5 buss, 4 taxi, 1 transport, 1 langtransport) i perioden 2001-2003. Vårt mål var å intervju 20 menn i vår yrkesgruppe, men på grunn av vanskeligheter å få innpass blant sjåfører ble gruppene litt mindre. Vi stoppet datainnsamlingen da vi hadde menn med forskjellige livsløp og erfaringheter i alle yrkesgruppene. Informantene var i alderen 35-57 år (median 45 år) og demografisk heterogene. Vårt mål var å intervju menn med norsk etnisk bakgrunn på grunn av at kulturelle faktorer påvirker vaner og oppfatninger, men da mange av de som jobber på byggeplasser er av utenlandsk opprinnelse valgte vi å inkludere personer fra øvrige nordiske land (9 av tømmerne og 2 av ingeniørene var svenske og en av tømmerne var finsk). Majoriteten av mennene var gifte, men 9 av tømmerne, 2 av sjåførene og en av ingeniørene var skilte eller single. Deres partner var ofte yrkesarbeidende og de representerte varierte yrker bl.a. butikksalgsperson, sekretær, regnskapsarbeider, lærer, sykepleier og reinholdsarbeider. Mange av mennene hadde unge barn hjemme men det var også mange som hadde voksne barn som ikke bodde hjemme.

4.2 Intervjuet

Prosjektet har gjennomført i form av semi-strukturerte intervjuer og besøk på arbeidsplasser. Intervjuene inneholdt spørsmål om hverdagsliv, arbeid, mat, fysisk aktivitet, røyking, helse og helsefremmende tiltak. Intervjuene tok plass på mennenes arbeidsplass men noen sjåførere og ingeniører ble intervjuet på forskernes kontor. Intervjuene varte 55-130 minutter og ble tatt opp på bånd med deltakernes samtykke.

En intervjuguide med 7 deler bruktes til å strukturere intervjuene. Den første delen inneholdt spørsmål om personlig, familie og arbeids bakgrunn. Den andre delen var på hverdagsaktiviteter og den tredje på mat. Gårsdagens mat og måltider bruktes som en utgangspunkt til å diskutere matvalg, matlagning, og hvor, når og med hvem de spiste. Samtalen inkluderte også endringer og i hvilke kontekst endringer hadde hendt. Eksempel på spørsmål i denne delen var: Hva spiste du i går? Hva betyr mat for deg? Hva er en perfekt måltid for deg? Har du endret på dine matvaner? Den fjerde delen var fysisk aktivitet og den femte røyking. De to siste delene fokuserte på informantenes egen helse og deres syn på helsefremmende tiltak. Informantene ble spurt å klassifisere sin egen helse og definere et sunt liv.

4.3 Analyse

Analysene er basert på en livsstilstilnærming som antar at vaner former felles mønster og at vaner er basert på valg blant de muligheter man har basert på yrke, sosial klasse, kjønn med mer. Derfor baserte analysene seg på å finne felles mønster i helsevaner og –oppfatninger og hvordan man rettferdiggjør vaner. Fokus ble lagt på å beskrive og forklare likheter og ulikheter i sosiale og kulturelle faktorer som fremmer sunne vaner eller utgjør barrierer til sunne vaner blant menn med forskjellig yrkesstatus. Disse mønster eller tema ble videre analysert med en kombinasjon av den interaktive modellen presentert av Huberman and Miles (1994) og diskursanalyse (Phillips and Jørgensen 2002; Potter and Wetherell 1987). Liknende analyser har også blitt brukt i andre studier (Gough 2001; Seymour-Smith m.fl. 2002).

Intervjuene blev utskrevet i sin helhet og analysen av utskriftene hadde tre steg: valg, kondensering and transformering (Huberman and Miles 1994). Først leste vi intervju utskriftene for å konstruere en liste av temaer eller koder. Som følgende steg kodet vi utskriftene med hjelp Atlas-ti software (Muhr 1997). De kodede segmentene ble lest igjennom for å finne felles temaer og mønster. Diskursanalyse ble brukt for å analysere forskjellige måter å snakke om et tema. Diskurser er resurser (for eksempel argument, beskrivelser, anekdoter) som folk tar for gitt og bruker i sin hverdag (Potter and Wetherell 1987). Vi identifiserte diskurser og diskuterte diskursive strategiers effekt. Følgende spørsmål er eksempel på hva vi brukte i analysen: Hvilke diskurser ble artikulert? Hvilke er legitime diskurser i ulike kontekst? Hvordan konstruerer menn seg selv og andre da de snakker om hverdagsliv og helsevaner? Hvordan forklarer menn avvik mellom ideal og praksis? Begrenser yrke og kjønn muligheter? Analysene som presenteres i denne rapporten ble fokusert på følgende tema: 1) beskrive hvordan mennene snakker om mat og spising.

Sitat og ekstrakt fra intervjuene er brukt for å illustrere hvordan menn snakket, og informantene har tildelt en identifikator (C1-C20 tømmer/snekker; D1-D11 sjåførere; E1-E15 ingeniører)

5 Menn og mat

Fra en norsk snekker:

Ikkje alle
men mange kvinnfolk
har et litt anstrengt forhold te mat,
tenke mye på mat og sånn.

Jeg tenker i hvert fall for mitt vedkommende
e veit ikkje alle menn sånn generelt
for meg
så e det bare å spise så mye som mulig.
bare få i seg så mye som mulig
så fort som mulig.
Bare fyll opp.

Men kvinnfolk har en,
ja, en ting med mat.
Både det der estetiske
de har lyst å lage flott mat
de har mye mer kokebøker
mye mer interessert i mat.
Det trur e kvinnfolk e altså.

E e ikkje interessert.
E vil bare ha masse og spise det fort.
Så e kan gå ut og gjøre noe anna.
Det trur e gjeller før mange menn generelt. (C2)

5.1 Introduksjon og bakgrunn

Moderne spising er komplekst, mat har mange betydninger og man må gripe an mange faktorer da man forhandler om hva og hvordan man skal spise i hverdagen (for eksempel Beardsworth and Keil 1997, Kjærnes 2001). Spising er en daglig vane som reflekterer både individuelle valg og strukturer og endringer i kultur og samfunn. Sosiologer har studert mat og beskrevet en rekke med opposisjoner som man må gripe an i dagens moderne samfunn: lett-het og omsorg; helse og nytelse; ansvar og egoisme; teknologi og naturlighet; alene og i selskap; sikkerhet og fare; og nyhet og tradisjon (Mäkelä 2002; Warde 1997).

Samfunnsteoretiske tilnærminger har under dagens postmodernism fokusert på refleksitet, individualisering og globalisering og forbrukere som selv-refleksive aktører (e.g. Beck 1992; Giddens 1991; Gronow and Warde 2001). Giddens (1991), for eksempel, beskriver hvordan

personer må gjøre livsstilsvalg for å redusere kompleksitet i en tid med mange valg. Innom forbrukssosiologi har Gronow og Warde (2001) kritisert at valg og frihet, smak og livsstil og identitetsskapning blitt framhevet. De har i stedet foreslått en endring av fokus fra iøynefallende refleksiv forbruk til alminnelig forbruk. De argumenter at forbruk er en vane og rutine med hensikt å forenkle hverdagsliv og skape en trygg verd. Både fleksibilitet og rutiner trengs til å mestre den økende kompleksiteten i moderne samfunn og hverdagsliv er en vekselvirken mellom frihet (individualitet, refleksivitet) og restriksjon (konvensjoner, rutiner). Spising kan styres av individuelle valg og restriksjoner basert på kontekst. Disse tendensene ble observert i en kvantitativ survey av matvaner i Nordiske land; folk spiste både organiserte familiemåltider og ustrukturerte individuelle matinntak (Kjærnes 2001).

Kjønn er en viktig faktor i samfunnsvitenskaplige matstudier (Counihan and Van Esterik 1997; Jensen and Holm 1999). Flere studier har hevdet at mat og matrelaterte vaner reflekterer og former kjønnsidentitet, -roller og -forhold, men disse studiene har med noen få undantak vært teoretiske analyser eller har vært basert på kvinners utsagn (e.g. Beardsworth and Keil 1997; Charles and Kerr 1988; Counihan 1999; DeVault 1991; Jensen and Holm 1999; Lupton 1996; Murcott 1982; Roos m.fl. 2001). Kvinner og mat beskrives som symbolsk relatert; matinnkjøp, matlagning, servering av mat er kvinners domene og ansvar (Charles and Kerr 1988; Counihan 1999; DeVault 1991; Lupton 1996; Murcott 1982). Det er forskjell på mat som passer til menn og kvinner; det finnes feminin og maskulin mat. Rødt kjøtt assosieres i mange samfunn mer med menn mens forbruk av grønnsaker, frukt og søte ting symboliserer feminitet (Jensen and Holm 1999). Menn har stor matlyst og trenger store porsjoner. Denne funksjonelle synen på mat har blitt forbundet med oppfatningen om at mannskroppen er større, sterkere og mer fysisk aktiv enn kvinnekroppen (Lupton 1996).

Sosial konstruktivistisk maskulinitetsteori analyserer kjønn som vane (Connell 1995). Kjønn produseres og reproduseres av folk i deres daglige aktiviteter i ulike kontekst, for eksempel familie, arbeid, forbruk og sosial samspill. Ulike kontekst og situasjoner gir rom til ulike muligheter. Maskulinitetslitteraturen har beskrevet nye modeller som har dukket opp i tillegg til tradisjonelle modeller (for eksempel familieforsørger). Derfor har man nå i stedet for å snakke om maskulinitet begynt å snakke om maskuliniteter (Connell 1995). Menn både former og formes av deres forutsetninger. Forskere har undersøkt sambandet mellom maskulinitet, helse og helsepleie (Cameron and Bernardes 1998; Courtenay 2000; Moynihan 1998; Seymour-Smith m.fl. 2002; Watson 2000). Disse studiene har ofte fokusert på de negative konsekvensene av tradisjonelle former av maskulinitet på menns helseatferd og sykdomserfaringer. Menn skal legge seg til med usunne oppfatninger og vaner for å demonstrere maskulinitet. Helse beskrives som en kvinnesak og -ansvar. Menn fremstilles som risktagere og skal mer sjelden bruke helsetjenester, underreportere symptomer og ikke snakke om følelser og redsler. Cameron and Bernardes (1998) noterte imidlertid at maskulinitet også kan være en fordel i helse; maskulin bestemthet kan være en resurs og kan hjelpe menn å få tak på den informasjon de trenger.

I vår analyse av mat og mening har vår tilnærming vært basert på forbruksforskning, maskulinitetsteori og diskursanalyse for å få en oppfatning av menn og spising. Vi undersøker menns matrelaterte repertoarer; hvordan de snakker og forholder seg til det komplekse i dagens spising og hvordan de forklarer og rettferdiggjør sine matvaner. Vi undersøker om maskulinitet har konsekvenser for hvordan menn snakker om mat.

Mennene som deltok i intervjuene snakket mest om mat som rutine, helse, energi, nytelse og gourmet.

5.2 Spising er rutine og alminnelig forbruk

Den postmoderne fremhevingen av refleksivitet og identitetsskapning gjentas i den matforskning som er opptatt av å analysere mat som en markør for identitet og ulikhet (Caplan 1997). Denne tilnæringsmåten foreslår at folk reflekterer og aktivt skaper meninger til den mat de spiser. Men å andre siden sies det at mye av det daglige forbruket er vane og rutine (Gronow and Warde 2001). Derfor er det mer akkurat å beskrive spising som samspill mellom rutiner og refleksiv handling. Caplan (1997) hevder at matforskning avslører hvem vi er sosialt og kulturellt og i tillegg vår individuelle subjektivitet. Derfor kan vi forvente oss at det menn snakker om mat reflekterer både individualitet, rutine og kulturelle normer så som kjønnsforventninger.

Forestillingen at maskulinitet innebærer å ikke bry seg for mye om mat får støtte av flere informanter. Uttrykk så som *'mat er rett og slett noe du må ha for å overleve'* (D1), *'hverdagsmat det er egentlig ikke så mye betydning for meg, bare det er mat'* (C12), og *'mannfolk tar det nok litt mer røffere og enklere og er ikke så opptatt av at det skal være sånn forseggjort da'* (E5) gir en bilde av menn som ser på spising som problemfritt og i første hand en fysiologisk nødvendighet. I følgende ekstrakt, som er et svar av en 41 år gammel ingeniør (E1) på spørsmålet hva mat betyr for ham, er denne diskursen åpenbar:

Ekstrakt 1 – fra intervju med E1

I: Hvis du tenker på mat... hva betyr mat for deg?

E1: Nei, det betyr ikke noe annet enn at jeg skal bli mett.

I: (små-ler) Så du koser deg ikke veldig mye med maten?

E1: Nei, jeg er ikke noe sånn gourmet, kan du si. Jeg er ikke sånn som sitter og liksom: ah, koser meg med mat. Men det har nok noe med tradisjoner, at vi hadde veldig tradisjonell mat, altså jeg er vant til å spise veldig tradisjonell mat, og mat var liksom det å bli mett. Det var liksom det viktige med å spise. Det var liksom ikke det å bevege seg ut på kunstnerisk og på et måte nyte et måltid. Det var det å bli mett som var viktig egentlig. Ikke det at vi ikke hadde god mat, men det var liksom det som var fokus... Og det er sånn det ligger hos meg. Jeg synes det er deilig å gå ut og spise på restaurant og få et godt måltid, men jeg tror aldri jeg klarer å sette nok pris på det egentlig. Altså jeg er ikke så opptatt av mat at jeg tenker på en middag flere dager etterpå jeg har spist den. Den er borte når jeg har spist den.

Informanten tar først avstand fra at mat betyr mye for ham og når han blir spurt om han koser seg med mat gir han en forklaring hvorfor å nyte mat ikke er viktig for ham. Han avslutter med å fremheve at han etter at han spist glemmer det. Han rettferdiggjør sin syn med at matvaner dannes i oppveksten og dermed posisjonerer han seg som konservativ. Denne ingeniøren var ikke den ende som uttrykte at mat ikke er første prioritering. Det finnes også eksempel blant sjåfører og tømrer:

Eg har ikkje noe forhold til det, for å si det sånn. Eg spiser det eg liker, og så spiser eg meg mett og så ferdig med det (D1).

E e ikkje interessert. E vil bare ha masse og spise det fort. Så e kan gå ut og gjøre noe anna (C2).

For disse mennene var spising ikke noe de ønsket fokusere mye på utan de beskrev det hellere som en rutine, det vill si allminnelig forbruk (Gronow and Warde 2001). Uttrykk som reflekterte rutine og allminnelig forbruk forekom i flere av intervjuene:

Det er greitt med mye vaner (E9).

Jeg har hatt de samme rutinene i alla år (D10).

Ellers så bruker vi ofte å ha spaggetti og sånn... enkelte og greitt. Det er greitt med sånne faste rutiner på mat, i all fall på fredager (E5).

Æ prøver å ha de fire faste måltidan (E10).

Jeg spiser før jeg går, det er sånn vane, jeg spiser alltid to brødkiver før jeg drar da (D2).

Å ha rutiner så som regelbundne måltider og en fast matrepertoare signaliserer at mat ikke er hovedfokus. Da de ble spurt om hva de liker var det mange som posisjonerte seg som alletere. De sa at de liker vanlig mat eller husmannskost best. Noen av mennene fremhevdde det som noe morsomt. En av sjåførene (D6) spøkende foreslo at det mangen ganger hadde vært enkle å ta et piller på hverdagen. En annen sjåfør (D5) svarte da han ble spurt om hva mat betyr for ham: før (latter). En 42-årig sjåfør (D8) posisjonert seg som en "Onslow-type" (i den britiske komediserien "Keeping up appearances" som har gått på norsk television). Han beskriver Onslow som en som tar det med ro og ikke fokuserer på rollemodeller. Spøk, anekdoter og historier avslører og leker med det som allerede er etablert (Seymour-Smith m.fl. 2002). Mat som en daglig rutine og allminnelig forbruk synes således å være en etablert matdiskurs blant infomantene. Derimot var de ikke opptatte av å reprodusere betydelsen av mat som en markør for ulikhet og identitet. Da de uttrykte et likegyldig forhold til mat kan man si at de handlet i overensstemmelse med kjønnsforventninger.

5.3 Spising er potensielt problematisk

Hvis matinntak i første hand skulle være karakterisert av urefleksive rutiner, burde spising være temmelig ubekymret og man burde ikke føle behov å rettferdiggjøre om det man spiser ikke oppfyller en forventet standard eller norm. Likevel har sambandet mellom mat og helse en sentral rolle i offentlige matdiskurser og gjelder også for menn. For eksempel en finsk studie av menn, maskulinitet og mat beskrev bekymringer om matinntak, helse og vekt blant mannlige ingeniører (Roos m.fl. 2001). Selv om sunn spising vanligvis betraktes som et feminin bekymring tykks det nå også være forventet i det minste blant medelklasse menn. Forestillingen at spising i dag ikke er helt uproblematisk blant menn støttes av flere kommentarer i intervjuene. Uttrykk så som '*Jeg spiser fortsatt for lite frukt og grønt, og det er nok min målsetting å prøve og være flinkere på det*' (E5), '*jeg har veldig dårlig frokostvaner*' (E2), '*sjåførmat sånn egg og flesk eller et eller annet sånn skikkelig (ja latter) greier skikkelig bombe*' (D11), '*Et nødvendig onde (litt latter)*' (D3) illustrerer at spising kan ses på som en risk og fare for helsen og har moralsk betydning.

Mye forskning viser at folk er vel medvetne om hva som utgjør sunn kost (Caplan 1997) og informantene i denne studien var også på det klare med sambandet mellom mat og helse og kostholdsopplysningens budskap. Mennene ga lister på sunn mat (grønnsaker og frukt, fisk, kjøtt med lav fettinnhold med mer.) og la vekt på at variert, vanlig mat var sunn i kontrast til fast food (pølse, hamburger, brus) og at måltider er mer riktig mat enn snacks. En av sjåførene (D1) beskrev mengden infomasjon om mat og helse som han akkumulert siden skolestart: *eg kan skrive en hel roman for deg om ka som e sunn mat*'. Likevel viste intervjuene at menn ikke forventes å snakke og snakker ikke om helse og mat med sine arbeidskamerater. I ekstrakt 2 uttrykker D2, en 42-årig sjåfør, denne tankegangen da han blir spurt hvis helse er et diskusjonstema på jobben.

Ekstrakt 2 – fra intervju med D2

D2: Eneste helseprat det blir på jobbet blant sjåførene, det er at det sliter på kroppen, kan du si. Det prater vi om en gang i mellom. Men ikke noen spisevaner eller noe sånt. Alle spiser som de vil liksom. Noen vil jo være sunne og noen.

I: Her som jeg jobber, så er det veldig mange som er veldig interessert i mat og snakker om smak og mat og hva de liker og... men sånn snakker dere sjelden om?

D2: Nei, vi er jo opptatt av at vi får nok så vi blir mette, ikke sant, for vi bruker mye energi liksom. Dette er liksom ikke mat for mannfolk, ikke sant, pleier vi å si hvis det er for lite, ikke sant. Men de har jo salatbar på kantina. Så den er det mange som bruker.

Motvilje å snakke om mat og helse betraktes som maskulint. Moynihan (1998) sier at sambandet mellom maskulinitet, suksess og styrke gjør at det er vanskelig for menn å snakke om sin helse. Stoisisme er et annet maskulint element som kan spille inn. Menn betraktes å være upåvirket av sykdom og motvillige å søke hjelp (Hodgetts and Chamberlain 2002). En norsk studie av trøtthet og sovevaner konstaterte at menn ikke skal klage og at de derfor i en intervju ikke kan snakke om sine egen helse og heller beskriver seg som høflige menn utan problemer (Lilleaas and Widerberg 2001).

Koner og kvinner generelt oppfattes som mer bevisst på mat og helse og som omsorgsgiver (e.g. Charles and Kerr 1988; Counihan 1999; DeVault 1991; Jensen and Holm 1999; Lupton 1996; Murcott 1982). Også i denne studien var det ofte kona som ble posisjonert som den som lager sunn mat og ser til at mannen får en variert kost. Likevel så man ikke alltid kvinners fokus på sunn mat og slanking som noe positivt og verdt å oppnå; kvinner var noen ganger skildret som at de hadde et anstrengt forhold til mat og var opptatt av slankinghysteri. For eksempel, en 35 årig tømmer C11 svarte da han ble spurt om kjønnsforskjell i matvaner: *'Jeg synes menn og kvinner spiser ulikt. Fordi kvinner dem tenker så mye på helse og kost og slanking, at dem tenker bort hele greia. Dem spiser rugbrød... ja, det er klart at rugbrød er godt, men du blir ikke mett av det. Dem spiser... skal alltid ha dette her... skal bare ha grønnsaker. Det er så sunt, ikke sant. Grønnsaker er sunt det. Grønnsaker er sikkert veldig sunt det. Men med måte og til fast måltid liksom. Jeg orker ikke å gå og spise en liten brokkolisalk hver time og tro at det er sunt. Du blir jo aldri mett'*.

Oppfatningen at sunn mat er bra for deg men smaker ikke godt og at mat som smaker godt er usunn, en oppfatning som også har rapporterats i tidligere studier (e.g. Lupton 1997; Murcott 1995), ble antytt som en retablert matdiskurs i intervjuene. For eksempel, D1 satte følgende ord i munnen på sin lege: *Det va som han sa til meg han legen... eg skal jo slanke meg... det skulle eg gjort. Og han hadde en veldig enkel diett: Du skal spise alt som du ikke liker. Alt som er godt er enten fetende, skadelig eller umoralsk*. Å spise sunt har en biklang at være god og derfor er det viktig å rettfærdiggjøre og forklare oppfatninger og spesielt avvik. For eksempel, D1 hadde et behov å betone at han eter tomater og agurk for at han liker smaken og ikke for at han bevisst planerer å spise sunne grønnsaker.

Mennene beskrev forskjellige for dem akseptable strategier for å kontrollere matinntak i ulike kontekst. Variert kosthold, å spise enkel vanlig mat og regelbundne måltider og å unnvike snacking og fast food var en del av den daglige matpraksisen. Varisjon og måtehold var vanlige strategier og mennene gave eksempel på hvordan for mye eller for lite ikke er bra: *'Men du vet, det e jo sånn med ernæring som med alt annet: for mye og for lite skader alt. Man skal jo finne den gyldne middelvei. Og eg røyker for mye, eg drikker for mye kaffe, og eg spiser sikkert en masse usunn mat og eg sitter for mye i ro... og i det hele tatt, alt som e galt. Men eg trives med det'* (D1). En annen sjåfør posisjonerer seg som en som oppfører seg rasjonelt og minimerer risk gjennom å ha et variert kosthold: *'For jeg tror at så lenge jeg ikke spiser den samme tingen hele tida, men... så tror jeg ikke det blir så farlig uansett. Det er farlig å drikke melk, det er farlig å spise korn, det er farlig... alt er'* (D6). Studier av lekmannshel-sediskurser har avslørt liknende strategier (bruk av begrepene moderasjon og balanse) og misstro til ernæringsbudskap (Caplan 1997).

Ideen om å balansere helse og nytelse var åpenbar i intervjuene og bruktes som en rettfærdiggjøring. For eksempel, D6 svarte på et spørsmål om hans ønskniger å endre på sine matvaner: *'jeg sjøl... det er sikkert ikke sånn, men jeg sjøl tror ikke jeg lever så forferdelig gærnt. Jeg spiser litt sjokolade, jeg spiser mye som er usunt, men så spiser jeg mye som er sunt og så spiser jeg litt av hvert og så tror jeg kanskje summen er ganske grei'*. En generelt godtatt forestilling var at om du spiser normal mat med grønnsaker så kan du med måte spise det du ønsker eller så bør du i det minste ha en sunn måltidskomponent. For eksempel, en av ingeni-

ørene (E15) beskrev hvordan en boks med makerell i tomat var alibi for det sunde på lunsj-bordet (de hadde ikke noe grønnsaker eller annen mat som klart identifiseres som sunt).

Arbeid ble oppgitt som en legitim årsak til avvik fra normer. For eksempel, noen hadde ikke tid å spise på morgonen eller skøv på middagen på grunn av jobben. Arbeid trenger energi og spesielt kroppsarbeider trenger mye energi og kan derfor spise usunn mat. Tømrer rettferdiggjorde det at de åt snacks og usunn mat med at de ikke kan jobbe effektivt hvis de er sultne. Noen menn fremhevet at de bevisst velger å spise mat som de vet er usunn for at de liker maten. De poengterte at det er viktig for deres velmående å spise hva de ønsker.

5.4 Spising betyr å bli mett

Menn fra alle tre yrkesgruppene påsto at de spiser for å bli mette og at menn spiser mer enn kvinner var en selvklarhet. Likevel da de svarte på spørsmålet hva mat betyr for dem var det tømrer og sjåfører som oftere fremhevdde at mat er en nødvendighet for arbeid og at de hovedsakelig spiste for å bli mette. Ingeniører derimot syntes å fokusere mindre på denne mataspekten. Forskjellen belyses med ekstrakt 3 og 4.

Ekstrakt 3 – fra intervju med D1

D1: Ja, mat betyr egentlig... men eg har ikkje noe forhold... eg e ingen gourmet... eg e mer en gourmand... hvis du vet forskjellen.

I: Det e mengden liksom.

D1: For at eg spiser for at eg må ha næring til kroppen. Akkurat som eg fyller diesel på tanken.

I: For å orke og kjøre liksom?

D1: Ja. Du e sulten. Og eg har aldri noe... eg har spist både russisk kaviar og gåseleverpostei... det e tragiske greier begge deler. Men mat e rett og slett noe du må ha for å overleve.

Ekstrakt 4 – fra intervju med E4

E4: Ja, det betyr mye det. Jeg liker... jeg syns mat er godt. Spesielt... det er mer og mer jeg går over til fisk egentlig. Jeg gjør det. Jeg var... jeg driver og bygger hytte oppå fjellet nå, så jeg var på fjellet i 14 dager her i september. (forteller om en venn som er gourmet kokk og hvordan han da han var på besøk spurde hvis kan fikk lage all maten. Han lagde kjøttretter vær dag i en uke og E4 fortalte at det var for tungt for ham da han ikke er van å spise så mye kjøtt) Men jeg liker mat. Jeg blir mer og mer glad i mat. Liker å lage det og. Syns det er all right.

Dersom målet er å bli mett følger et fokus på mattilførsel. Mange av informantene bekreftet den maskuline metaforen at kroppen er en maskin som trenger brensel, som er beskrevet i tidligere studier av menns helse og kosthold (Cameron and Bernardes 1998; Moynihan 1998; Roos m.fl. 2001):

Bilen må ha diesel, og eg må ha mat (D1)

Med den jobben her, så må jeg ha "98 oktan" (D2)

De som driver med kroppsarbeid som vi her da, vi behøver altså kraftig mat... For hvis det går lang tid uten tilførsel av næring, så blir man ikke noe effektiv i sitt arbeid... Hvis ikke en motor får bensin, så stopper den. Det er ganske enkelt. (C5)

Kropp som maskin og mat som brensel diskursen forefaller å være legitim i mannlig arbeidskontekst som krever energi. Dermed var det ikke overraskende at det i hovedsak er tømrer og sjåfører som posisjonerte seg som maskuline og at de trengte brensel for deres type av arbeid. Deretter følgelig er spising fremstilt som mer styrt av eksterne faktorer enn individuelle valg.

5.5 Spising er nytelse og kos på helgene

Tidligere matforskning har notert syklus med kontroll og løslatelse; på hverdagen kontrollerer folk sin spising og på helgen og på høytider koser de seg med mat (Caplan 1997). Den klare inndelingen mellom vanlig mat som er bra for deg på hverdagen og nytelse og god mat på helgen som har rapporterets i studier av norsk matkultur (for eksempel Bugge and Døving 2000) var også omfattet i intervjuene. Så lenge man jobber er mat nødvendig brensel men på helgene er mat en del av kosen:

I helgene kan du sette deg ned og spise god mat og liksom slappe av med det. Ellers i uka blir det ikke... da er det hipp som happ hva jeg spiser egentlig. Det er bare... det blir bare egentlig å sette seg ned og spise og bli ferdig med det. (D3)

Det betyr næring det gjør jo det at man skal orke å jobbe og sånn. Det kan være en nytelse også. (C5)

Den kulturelle normen å samles og kose seg med mat gjorde at en 55 årig ingeniør (E11) innledde sin uttalelse om hva mat betyr for ham med dementi for å underbygge sine meritter (Ekstrakt 5). Han var kanskje bekymret at bli oppfattet som noen som ikke verdsetter kos.

Extract 5 – fra intervju med E11

I: Hva betyr mat for deg?

E1: (kort pause)

I: Koser du deg med mat eller er det...?

E1: Nei, jeg gjør vel ikke det sånn. Det er mere at jeg er nødt å ha det. Det er blitt en sånn... jeg er ikke så flink tel å kose meg med det. Men som jeg sier, jeg koser meg med det hvis jeg har selskap, at det er liksom en anledning. Enten at... du bestemmer deg for at gå ut og eta mat sammen med noen, eller at kjerringa gjør i stand heime og det er litt kos over det, så er det klart at jeg setter pris på det. Jeg er veldig flink tel å nyte mat for det at det er godt og. Men du er liksom ikke nødt tel det.

I: Men det er liksom ikke viktig... hverdagen er mest det at du må liksom spise noe?

E1: Ja. Så er det av og tel at en har sånne... hvis en blir litt for sulten, så får jeg sånn skjelven at en er nødt tel å ha mat.

I: Blodsukket blir eller er så lavt?

E1: Ja. Men jeg trenger ikke maten for å kose meg. Jeg gjør ikke det. Men jeg er i stand tel å kose meg likevel når anledningen er der, for det skaper jo en stemning. Når vi er med venner som samles rundt et bord, så sitter vi gjerne i mange timer og koser oss med mat og drikke. Og du får den gode dialogen over matbordet i staden for å... den gode stemningen... og vi har sang og... Og det er veldig koselig. Og da er jo maten som er påskuddet... kosen... samler seg rundt... men så bruker en jo liksom mye mer enn bare mat.

Selv om noen menn fremhevdde at mat ikke er viktig for dem personlig, anerkjenner de at god mat er en viktig del da folk samles for å kose seg. Følgende utsagn fra intervjuene belyser at inntak av spesiell mat og drikke bør kontrolleres og kan ha moralsk betydning: 'Da hender det at vi på fredager unner oss et glass vin til spaghetten' (E5), 'I går syndet jeg litt og da ble en cola til den der ... middan (småler) (D9), og 'Jeg juksa litt i går med å at to sjokolader, ikke sant (ler), men det er for å få blodsukket til å begynne å jobbe litt igjen' (D8). Unnskyldninger som mennene ytret var at de trengte energi for arbeid, følte at de fortjente det eller at det er godkjent hvis det er noen få anledninger og du ikke gir etter for fristelsen for ofte. Nytelse må struktureres. Den sosiale normen er å begrense god og spesiell mat til helger, høytider og spesielle anledninger. For eksempel, en av tømrene sa følgende: *Men i helgjene og sånn da prøver vi å spise litt sammen og sånn. Så blir det jo i helgjene du skeier ut med pizza og hamburger og sånn. Det gjør det... Det blir litt sånn junk-food, kan man si da. Må liksom. Kan vel nesten ikke holde seg på holde seg strukturert hele tida. En blir jo fort lei av det hvis en skal være strukturert hele tida. Må jo liksom... Jeg spiser akkurat hva jeg har lyst*

på...Det hender seg at det går et par poser med sånn potetgull og snop da... sånn alt mulig. Må nesten ha sånne dager og. (C3). Caplan (1997) argumenter at sykler med kontroll og løslatelse gjør det lettere for folk å akseptere kontroll og da nyter man også mer. Videre resonnerer hun at fordi nytelse er begrenset til en spesiell tid og rom truer det ikke regler for hverdagsliv og spising.

5.6 Spising er en gourmet opplevelse

En gourmet matdiskurs er liksom i andre land stadig mer synlig i Norge (Bugge and Døving 2000). Det er mange matlagningsprogram på TV, matblad og kokebøker er lett tilgjengelige, og aviser skriver om gourmetkokker og trykker restaurant guider. Spising gis mer mening og blir en spesiell gourmet opplevelse og interesse. Likevel er ikke dette helt passende for menn. En av ingeniørene (Ekstrakt 6), som under intervjuen sier at han ikke er interessert i mat og uttrykkelig sier at mat ikke er hans ting, beskriver det som tabu blant kroppsarbeider.

Ekstrakt 6 – fra intervju med E15

I: Ja, så hvis du tenker her på arbeidsplassen – synes du arbeidsplassen har noen rolle – med tanke på helsefremmede arbeid og sånt

E15: Nei nei, vi gutta veit du – det er litt forskjell på det der med – det er kanskje noe som med de tømrerne du har intervjuet og at det - det er litt tabubelagt det der å snakke om mat og mannfolk - nei – nei det er lissom det er

I: Ikke noe som – ikke noe tema som dere snakker om

E15: Vi leverer jo leiligheter til kunder som har kjøpt tilvalg og der er det masse dikkedarier på kjøkkenet hvor det er både gass og pommes frites og sånn, der er det mannen som er sjefen på kjøkkenet og da forteller'n alt det der der der... Det er noen som har et utrolig forhold til mat når det gjelder menn – det er liksom ikke noe det er ikke noe sånne vanlige greier, det er enten er du ikke interessert eller så er fryktelig interessert.

Han er ikke den ende som uttrykker dette. En 52 årig tømmer (C13) sa: *Mens mannen derimot e mer sånn... det finnes selvfølgelig unntak av mannfolk og, men dem e få. Det er liksom dem e sulten, så ét dem og ferdig med det. Dem sitt ikkje å kjenne etter hva slags smaka dem får (litt latter).* Begge disse mennene synes å stille seg på linje med menn flest som ikke er spesielt interesserte i mat og som derfor ikke heller er ivrige å prøve på ny modern mat. Kvinner posisjoneres som det motsatte; kvinner sies å like og eksperimentere, nyter mer mat og fokuserer mer på hva de spiser og kalorier.

Da mennene ble spurt om hva mat betyr for dem, nølte mange, sa nei og syntes å ønske og distansere seg fra det at mat betyr noe spesielt for dem. De ønsket ikke å identifisere seg som ekstreme, det vil si gourmet. For eksempel; E1 i ekstrakt 1 svarte: *'Nei, det betyr ikke noe annet enn at jeg skal bli mett... Nei, jeg er ikke noe sånn gourmet, kan du si.'* Også D1 i ekstrakt 3 definerte seg som *'eg e ingen gourmet... eg e mer en gourmand'* og beskrev det som et bevisst valg. Han hadde spist gourmet mat (russisk kaviar og gåsleverpastej) men sa at han ikke var imponert. De som svarte ja mat betyr noe vanligvis fortsatte med å si at de liker god mat og/eller liker å lage mat. Det var to undantak, en ingeniør og en sjåfør, som koblet mat til trening og å være i god fysisk form. En 44 år gammel sjåfør (D9) snakket om sin spesielle interesse hengivent: *'mat er en innmari kjær hobby altså en kjær hobby og du har nå husker jeg ikke hvem som har har sitatet men det er et kjent sitat som sier at den eneste ekte kjærligheten er kjærligheten til mat ikke sant og det det er vel kanskje man blir opptatt av det hvis man har interesse for det... jeg hadde her føre jul så hadde jeg 15 av kollegene mine hjemme på middag og da hadde vi 5 retters'.* Han fortsatte med en lang detaljert beskrivelse

av de forskjellige rettene han hadde laget og servert og refererte til gourmetkokker og matprogram på TVn. Han posisjonerte sine kolleger som generelt ikke interessert i matlagning og gourmet mat selv om gourmetdiskursen var velkjent for de fleste av dem. Dette syntes også gjelde for E15 som fremhevet at han ikke er interessert i mat. Da han ble spurt om en perfekt måltid beskrev han med entusiasme at han gjennom jobben hadde opplevd en syv retters middag hos Paul Bocuse i Lyon.

I intervjuene gis mat positive meninger, mat er en del av kos og mat som smaker godt er en nytelse. Mennene oppskatter dette, men de gjorde et tydelig skille mellom å like og oppskatte en bred repertoar av hva de kallet vanlig mat og det å være opptatt med avansert gourmet mat eller med å gjøre spising til et ekstraordinær begivenhet.

6 Konklusjon

Det er relativt begrenset med forskning på hva menn synes om mat og spising. Denne kvalitative analysen har hatt som mål å utforske dette tema og hvordan menn relaterer til kompleksiteten i modern spising. Det som mennene i denne studien sier forsterker forestillingen om de mangfoldige og motstridende meningene med moderne spising. Spising og andre daglige praksis beskrevs som innskrenket av kontekts og normer i stedet for som basert på refleksive individuelle valg.

Denne analysen foreslår at menn pleier å relatere til kompleksiteten gjennom å posisjonere seg som noen som tar det med ro og er passiv. På veckodager er spising en rutine vars hovedhensikt er funksjonell (kroppen trenger mat til arbeid), men på helgen deremot spiller mat en rolle i kos. Mat som en faglig rutine og allminnelig forbruk synes å være en etablert matdiskurs blant informantene. I kontrast var de ikke opptatt av å reposdusere meningen av mat som markør for ulikhet og identitet. Gjennom å uttrykke en likegyldig holding til mat tykke mennene opptre i følge kjønnsforventninger. Menn som er interessert i gouurmet mat og matlagning så de på som unntak som er utanfør typisk mannlig praksis.

Motsetningen mellom helse og nytelse, som dominerer den moderne matarenaen (Caplan 1997; Mäkelä 2002; Warde 1997), var også tilstede i mennenes prat. Å spise sunt var før disse mennene å balansere energibehov og nytelse, har variasjon og moderasjon og pise måltider i stedet for snacks. Lignede balansemodeller har blitt dokumentert i andre studier av lekmannshelseoppfatninger (e.g. Caplan 1997; Mullen 1992; Williams 1997). I denne studien fremhevet mennene vekten av å spise mat som gir velmående og at dette også er en del av å spise sunt. De anerkjente at spising kan potensielt være problematisk, men den kunnskap de uttrykte var ofte generell og for mange syntes den ikke styre deres daglige liv og valg av mat. Da de snakket om hverdagsmat var daglige rutiner og arbeid viktigere enn helsebekymring. Få av mennene ønsket å gi mat og spising en sentral rolle i livet. Dette var kanskje et uttrykk for maskulinitet eller muligens et rasjonelt valg etter at ha observert og fremstilt kvinner som bekymret og englsige for utseend og hva de spiser.

Mat som rutine, helse, energi, nytelse og gourmet fantes i beretningene fra mennene i alle tre yrkesgruppene. Likevel var det tømmerne og sjåførene som pleide å fokusere mer på energi og metthet enn ingenørene som mer sa at mat betyr noe for dem som smakopplevelse, interesse eller bekymring. Mat of spising var også forbundet med yrke og type av arbeid. Variasjonen i fokus antyder at yrke kan begrense muligheter i valg av mat. Tømmer sades trenge mer energi på grunn av kroppsarbeide. Egg og bacon definertes som sjåførmatt og sjåfører sas ofte spise pølse som mellommål under sine lange arbeidsdager. Kanskje for å signalisere at du er sjåfør liker du å spise sjåførmatt.

Tidligere forskning på mat og kjønn antyder at mat og spising er viktig for kjønnsidentitet og -roller (e.g. Charles and Kerr 1988; Counihan 1999; DeVault 1991; Lupton 1996; Murcott 1982). I dette prosjektet syntes maskulinitet være knyttet til oppfatningen at mat ikke betyr mye uten er en nødvendig rutine. Menn ønskede ikke å fokusere så mye på mat som kvinner gjør og noen tok eksplisitt avstand fra kvinners usunne interesse i mat. Man kan argumentere

at deres avstandstagelse representerer hegemonisk maskulinitet som fremmer styrke og kontroll av følelser. Intervjukonteksten, kvinner som intervjuer menn om et feminint tema, kan ha effekt. Men vi har ikke noen årsak å tro at mennene skulle ha vist frem mer interesse i mat og helse om de blitt intervjuet av en mann. De fleste av mennene beskrev mat mer som en "normal" del av de daglige rutinene enn som en måte å uttrykke sin identitet.

Resultatene fra prosjektet har betydning i forbindelse med planlegging og iverksetning av forebyggende tiltak. Et av målene i den nye stortingsmeldingen om folkehelsepolitikken "Resept for et sunnere Norge" er å redusere helseforskjeller mellom sosiale lag, etniske grupper og kjønn. I rapporten anbefales også forskjellige virkemidler ovenfor kvinner og menn. Det foreligger imidlertid fler studier og mer kunnskap om kvinners enn om menns helserelaterte oppfatninger og vaner. Vårt prosjekt bidrar til å fylle noen av disse kunnskapshullene, bl.a gjennom å gi kunnskap om hvordan menn fra tre ulike yrkesgrupper tenker, snakker og handler når det gjelder mat, fysisk aktivitet og helse i deres hverdag.

Resultatene fra prosjektet viser at yrke og arbeidsforhold, i tillegg til sosio-kulturell bakgrunn, har betydning for helserelaterte vaner og oppfatninger blant menn. Mennene i de tre forskjellige yrkesgruppene var bevisste om at deres arbeid påvirker matvaner og fysisk aktivitet. Spising beskrevs av de fleste som en daglig rutine og det var bare noen få som oppgav at de opplevde mat som et dilemma eller ønsket å endre sine vaner. Arbeid ble ofte oppgitt som årsak til avvik fra normer. For eksempel, lange arbeidsdager og muligheter til å ta pauser påvirker måltidsmønstrer. Mat som energi ser man som spesielt viktig blant tømrere, og det var derfor en utbredt oppfatning at de kan spise usunn mat som gir energi til arbeid. Sjøfører hadde uregelmessige matpauser og så mettende måltider som en nødvendighet. Ingeniører så fysisk aktivitet som en viktig måte å balansere stillesittende arbeid, stress og kroppsvekt. Mennene foreslo at informasjon og ulike tiltak kunne kanaliseres via arbeidsplassen (kantine, bedriftshelsekontroll, frukttilbud, trimrom etc), men de mente at endring må være frivillig og ansvaret ligger hos individene. Arbeid, arbeidsforhold og fysisk aktivitet var viktige temaer blant mennene. Arbeidsplassen kunne derfor brukes som en arena for helsefremmende tiltak som er tilpassede yrkesgruppens forskjellige syn på helse, helsevaner og strategier.

Litteratur

- Abel T. (1991) Measuring health lifestyles in a comparative analysis: Theoretical issues and empirical findings. *Social Science & Medicine* **32**: 899-908.
- Backett KC., Davison C. (1995) Lifecourse and lifestyle: the social and cultural location of health behaviours. *Social Science & Medicine* **40**: 629-38.
- Barstad E. (1995) *Store byer, liten velferd: Om segregasjon og ulikhet i norske storbyer*. Rapport. Statistisk Sentralbyrå.
- Beardsworth A., Keil T. (1997) *Sociology on the Menu: An Invitation to the Study of Food and Society*. London and New York: Routledge.
- Beck U. (1992) *Risk Society: Towards a New Modernity*. London: Sage.
- Blaxter M., (1990) *Health and lifestyles*. London: Routledge.
- Bourdieu P. (1989) *Distinction. A Social Critique of the Judgement of Taste*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Bugge A., Døving R. (2000) *Det Norske Måltidsmønsteret – Ideal og Praksis* (The Norwegian Meal Pattern – Ideals and Practices. English summary). Report no. 2:2000. Lysaker: SIFO National Institute for Consumer Research.
- Calnan M. (1990) Food and health: a comparison of beliefs and practises in middle-class and working-class households. In: Cunningham-Burley, S. and McKeganey, N. (eds) *Readings in Medical Sociology*. London: Tavistock/Routledge.
- Cameron E., Bernardes J. (1998) Gender and Disadvantage in Health: Men's Health for a Change. *Sociology of Health and Illness* **20**: 673-693.
- Caplan P. (1997) Approaches to the Study of Food, Health and Identity. In P. Caplan (ed.) *Food, Health and Identity*. London: Routledge.
- Cavelaars A. (1998) *Cross-national comparisons of socio-economic differences in health indicators* [dissertation]. Rotterdam: Erasmus University.
- Charles N., Kerr M. (1988) *Women, Food and Families*. Manchester University Press, Manchester
- Cockerham WC., Rütten A., Abel T. (1997) Conceptualizing contemporary health lifestyles: Moving beyond Weber. *The Sociological Quarterly* **38**: 321-.342.

- Connell, RW. (1995) *Masculinities*. Berkeley, CA: University of California Press.
- Counihan, C. (1999) *The Anthropology of food and Body: Gender, Meaning and Power*. New York: Routledge.
- Counihan C., Van Esterik P. (1997) Introduction. In C. Counihan and P. Van Esterik (eds.) *Food and Culture: A Reader*. New York: Routledge.
- Courtenay WH. (2000) Constructions of Masculinity and Their Influences on Men's Well-being: A Theory of Gender and Health. *Social Science & Medicine* **50**: 1385-1401.
- Dahl E, Elstad JE. (2001) Recent changes in social structure and health inequalities in Norway. *Scandinavian Journal of Public Health* **29**:7-18.
- Davey Smith G., Brunner E. (1997) Socio-economic differentials in health: the role of nutrition. *Proceedings of the Nutrition Society* **56**: 75-90.
- De Vault M.L. (1991) *Feeding the family. The social organisation of caring as gendered work*. London, The University of Chicago Press.
- Elstad JI. (2000) *Social inequalities in health and their explanations*. NOVA Rapport 9/00.
- Giddens A. (1991) *Modernity and Self-Identity: Self and Society in The Late Modern Age*. Stanford: Stanford University Press.
- Gough B. (2001) 'Biting Your Tongue': Negotiating Masculinities in Contemporary Britain. *Journal of Gender Studies* **10**: 169-185.
- Gronow J., Warde A., Eds. (2001). *Ordinary Consumption*. London and New York: Routledge.
- Gullestad M. (2001) Likhetens grenser. I Lien M., Lidén H., Vike H. (Eds.) *Likhetens paradokser: antropologiske undersøkelser i det moderne Norge*. Oslo: Universitetsforlaget. Pp. 32-67.
- Hodgetts D., Chamberlain K. (2002) 'The Problem with Men': Working-class Men Making Sense of Men's Health on Television. *Journal of Health Psychology* **7**: 269-283.
- Huberman, A. M. & Miles, B. M (1994) Data management and analysis methods. In Norman K. Denzin and Yvonna S. Lincoln (eds) *Handbook of Qualitative Research*, pp. 428-444. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- James W.P.T., Nelson M., Ralph A., Leather S. (1997) The contribution of nutrition to inequalities in health. *Br. Med. J.* **314**: 1545-1549.
- Jensen, K., Holm, L. (1999) Preferences, Quantities and Concerns: Socio-Cultural Perspectives on the Gendered Consumption of Foods. *E. J. Clin. Nutr.* **53**, 351-359.
- Johansson L., Solvoll K. (1999) Norkost 1993-94 og 1997. *Landsomfattende kostholdsundersøkelser blant menn og kvinner i alderen 16-79 år*. Statens råd for ernæring og fysisk aktivitet. Rapport nr. 3/1999.

Kautto M., Heikkilä M., Hvinden B., Marklund S., Ploug N., Eds. (1999) *Nordic social policy: changing welfare states*. London: Routledge.

Kjærnes U., Ed. (2001) *Eating Patterns. A Day in the Lives of Nordic Peoples*. Rapport no. 7:2001. Lysaker: SIFO.

Kvaavik E., Meyer HE., Selmer RM., Egeland G., Tverdal Aa. (1999) Kostvaner i Hedmark i forhold til kjønn, utdanning og sivilstand. *Tidsskr Nor Lægeforen* **119**:3406-9.

Lien M. (2001) Likhet og verdighet: Gavebytter og integrasjon i Båtsfjord. I Lien M., Lidén H., Vike H. (Eds.) *Likhetens paradokser: antropologiske undersøkelser i det moderne Norge*. Oslo: Universitetsforlaget. Pp. 86-109.

Lien M., Lidén H., Vike H., Eds. (2001) *Likhetens paradokser: antropologiske undersøkelser i det moderne Norge*. Oslo: Universitetsforlaget.

Lilleaas, U-B., Widerberg K. (2001) *Trøtthetens Tid* (The Time of Tiredness). Oslo: Pax Forlag A/S.

Lupton, D. (1996) *Food, the Body and the Self*. London: Sage.

Macintyre S. (1997) The Black Report and beyond: what are the issues. *Social Science & Medicine* **44**:723-45.

Mackenbach J. and Bakker M., Eds. (2002) *Reducing inequalities in health: a European perspective*. Routledge.

Mackenbach JP., Kunst AE., Cavelaars AEJM., Groenhouf F., Geurts JJM., EU-Working Group on Socio-economic Inequalities in Health. (1997) Socio-economic inequalities in morbidity and mortality in Western Europe. *Lancet* **16**: 93-112.

Marmot MG., Davey Smith G., Stansfeld S., Patel C., North F., Head J., m.fl. (1991) Health inequalities among British Civil Servants: the Whitehall II study. *Lancet* **337**: 1387-93.

Moynihan C. (1998). Theories in Health Care and Research: Theories of Masculinity. *Br. Med. J.* **317**: 1072-1075.

Muhr T. (1997) *Atlas/ti – The Knowledge Workbench*. Germany: Scientific Software Development.

Mullen K. (1992) A Question of Balance: Health Behaviour and Work Context among Male Glaswegians. *Sociology of Health and Illness* **14**: 73-97.

Murcott A. (1982) "On The Significance of The 'Cooked Dinner' in South Wales." *Social Science Information* **21**: 677-696.

Murcott A. (1995) "Talking of Good Food: An Empirical Study of Women's Conceptualisations." *Food and Foodways* **40**: 305-318.

Mäkelä J. (2002) *Syömisen rakenne ja kulttuurinen vaihtelu* [The structure of eating and cultural variation]. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus.

NNC (1997) *Næringsstoffanbefalinger*. (Nutritional Recommendations). National Nutrition Council, Oslo, Norway.

Phillips L., Jørgensen M.W. (2002) *Discourse Analysis as Theory and Method*. London: Sage.

Potter J., Wetherell, M. (1987). *Discursive and Social Psychology: Beyond Attitudes and Behaviour*. London: Sage.

Prättälä R. (1998) *Puun ja kuoren välissä. Metsurit ja kirvesmiehet puhuvat terveellisistä elintavoista*. LEL Työeläkekassan julkaisuja 32:1997. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.

Prättälä R., Roos G., Hulshof K., Sihto M. (2002) Food and nutrition policies and intervention. In Mackenbach J. and M. Bakker (Eds.) *Reducing inequalities in health: A European perspective*. London: Routledge. Pp. 104-124.

Roos E. (1998) *Social patterning of food behaviour among Finnish men and women* [dissertation]. Helsinki: Publications of the National Public Health Institute A6/1998.

Roos G., Lean M., Anderson A. (1997) Dietary interventions in Finland, Norway and Sweden – Lessons for Scotland Part I. Trends in food consumption and diet-related diseases. *Health Bulletin* **55**:432-443.

Roos G., Lean M., Anderson A. (2002) Dietary interventions in Finland, Norway and Sweden: nutrition policies and strategies. *J Hum Nutr Dietet* **15**: 99-110.

Roos G., Prättälä R., FAIR-97-3096 Disparities group. (1999) *Disparities in food habits: review of research in 15 European countries*. Helsinki: Publications of the National Public Health Institute B24/1999.

Roos G., Prättälä R., Koski, K. (2001) "Men, Masculinity and Food: Interviews with Finnish Carpenters and Engineers." *Appetite* **37**: 47-56.

SEF (2000) *Strategiplan 2000-2003*. (Statens råd for ernæring og fysisk aktivitet).

Seymour-Smith S., Wetherell M., Phoenix A. 2002. My Wife Ordered Me to Come!: A Discursive Analysis of Doctors' and Nurses' Accounts of Men's Use of General Practitioners. *Journal of Health Psychology* **7**: 253-267.

Stebbins RA. Lifestyle as a generic concept in ethnographic research. *Quality & Quantity* 1997; **31**: 347-360.

Wandel M., Bugge A., Ramm JS. (1995) *Matvaner i stabilitet og endring – En studie av måltidsvaner og matforbruk i ulike forbrukergrupper*. Lysaker: SIFO.

Wandel M., Fagerli R. Norwegians' opinions of a healthy diet in different stages of life. *J. Nutr. Educ.* 1999; **31**: 339-46.

Warde A. (1997) *Consumption, Food and Taste: Culinary Antinomies and Commodity Culture*. London: Sage.

Watson J. (2000) *Male Bodies: Health, Culture and Identity*. Buckingham, U.K. & Philadelphia: Open University Press.

Weber M. (1978) *Economy and Society*. Edited and translated by G.F. Roth and C. Wittich. Berkeley: University of California Press.

Whitehead M. (1997) *Bridging the gap. Workings towards equity in health and health care* (dissertation) Karolinska Institutet, Department of Public Health Sciences, Stockholm.

Williams R. (1983) The salt of the earth: Ideas linking diet, exercise and virtue among elderly Aberdonians. In Murcott A. (ed) *The sociology of food and eating: Essays on the sociological significance of food*. Aldershot: Gower. Pp. 106-116.