

Fra selvbergingshushold til forbrukersamfunnet: En matreise gjennom tre generasjoner.

En kvalitativ studie av synet på mat, innkjøp av mat og matsvinn i tre generasjoner.

CAMILLA BERG GUNDERSEN

VEILEDER

Irene Trysnes

Universitetet i Agder, våren 2021

Masteroppgave i samfunnskunnskap lektor 8-13

Fakultet for Samfunnsvitenskap

Institutt for sosiologi og sosialt arbeid

Antall ord: 38 861

Forord

Fem år ved Universitet i Agder og Kristiansand er ved veis ende. Det har vært fem innholdsrike år som har gått så altfor fort. Nå som masteroppgaven har blitt skrevet og levert, står jeg ved startstreken til et nytt kapittel i livet. Det å skrive en masteroppgave har vært en prosess hvor jeg har lært masse. Jeg forstår hvorfor denne oppgaven er det siste man gjør på en mastergradutdanning, for det har vært et krevende arbeid. Covid-19 pandemien har også lagt føringer på skriveprosessen og det sosiale livet som student, personlig synes jeg dette har gjort oppgaveskrivingen mer krevende.

I løpet av Covid-19 pandemien har mange funnet seg nye hobbyer for å gi hverdagen mening. Jeg har alltid vært glad i å lage mat, men det var først da pandemien startet i 2020 at min interesse for bærekraftig matproduksjon og matsvinn skjød fart. Jeg er glad for at jeg fant et tema jeg virkelig brenner for, og det har vekket en lidenskap og nysgjerrighet i meg ved å lese og lære mer om bærekraft, klima og miljø og mat og matsvinn. Hadde jeg vært ny student i år, ville jeg studert noe innenfor disse temaene.

Da jeg gikk i gang med å finne informanter til prosjektet, så jeg litt mørkt på hele oppgaven fordi det var mange aktuelle informanter som svarte nei til å delta. Til slutt fant jeg noen som ønsket å være med. Tusen takk til mine informanter som stilte opp og som har delt fortellinger om sine liv med meg. Uten dere ville det ikke blitt noen masteroppgave!

Min veileder Irene Trysnes har vært uvurderlig under denne skriveprosessen. Hun har vært en stødig og god veileder som hele tiden har dyttet meg i riktig retning. Hun har gitt konkrete og gode tilbakemeldinger som har gitt meg motivasjon de dagene den forsvant. Tusen takk! Jeg må også takke Katja Sjøberg som tok seg tid til å lese gjennom oppgaven, og gav tilbakemeldinger på den ved siste innspurt. Mamma, tusen takk for at du har tatt deg tid til korrekturlesing og gode råd på veien! Jeg er også takknemlig for støttende medstudenter som har lyttet og kommet med gode råd.

Det er med stolthet at jeg nå kan presentere min masteroppgave i samfunnskunnskap!

Camilla Berg Gundersen

Kristiansand, 02.06.21

Sammendrag

De siste 300 årene har Norge gjennomgått store samfunnsendringer. Landet har gått fra å være et lite fattig til å bli et av verdens rikeste. Disse endringene har gjort Norge til et forbrukersamfunn som blant annet har påvirket matvareutvalg, matvaner og handlerutiner. På bakgrunn av det økte forbruket man ser i Norge og store deler av resten av verden, har det blitt rettet stadig mer oppmerksomhet mot klima og miljø, og en bærekraftig utvikling. Forskning viser at en norsk forbruker i gjennomsnitt kaster 42,6 kilo mat i året, og det er lite som tyder på at denne trenden er på vei til å snu (Syversen, Hanssen og Bratland, 2018, Stensgård et. al., 2019, s. 5). I 2015 vedtok FN de 17 bærekraftsmålene, hvor 12.3 handler om å halvere matsvinn per innbygger på verdensbasis innen 2030 (FN- sambandet, 2020).

Det er gjort mye forskning på mat, handlevaner og matsvinn hos forbrukeren (Forbrukerrådet 2016, Hebrok et.al. 2018, FUSIONS 2012-2016, REFRESH 2015-2019, Knutsen og Hebrok 2019, Stensgård et.al. 2019, Hebrok og Heidenstrøm 2017). Denne forskningen har i ikke hatt fokus på temaene i et generasjonsperspektiv. I mitt prosjekt har jeg derfor sett på hvilket syn tre generasjoner har på mat, innkjøp av mat og matsvinn. Jeg har gjennomført kvalitative intervjuer av seks informanter fordelt i tre generasjoner i to familier fra Sørlandet. Mitt fokus har vært hvordan dette har utviklet seg over tid: om det er noen vaner, verdier og holdninger som går i «arv», og hva som har endret seg. De to familiene er begge fra middelklassen, men er likevel nokså ulike og kan plasseres i øvre og nedre sjiktet.

Oppgaven henter teoriressurser fra sosiologi og sosialøkonomien. Eksempel på teorier jeg bruker er Berger og Luckmann (2015) og deres teori om sosial konstruksjon av virkeligheten samt Pierre Bourdies (1995) teori om sosial, økonomisk og kulturell kapital. I oppgaven anvender jeg også teori om matens sosiologi, forbrukeratferd og et kjønnsperspektiv. Samtidig presenteres tidligere empirisk forskning som er benyttet for å analysere mitt datamateriale.

Studien min viser hvordan synet på mat endres gjennom tre generasjoner, samtidig som noe fastholdes. Mens noen måltidsvaner, synet på pris versus kvalitet og tanken om at det ikke er greit å kaste mat fastholdes, endres handlevaner, synet på rester og matvaner. Et annet funn er at samfunnet påvirker de to familiene, samt at generasjonene påvirker hverandre. På bakgrunn av dette har jeg utviklet begrepet «generasjonsdialektikk», som sier noe om hvordan Familie K og Familie T gjensidig påvirker hverandre i forhold til matvaner og endringer.

Datamaterialet viser også at de to familiene har ulikt syn på pris versus kvalitet i sammenheng med matvarer. Familie K ønsker å identifisere seg med kvalitetsvarer og merkevarer. Mens Familie T er opptatt av pris og tilbud, og er tilhengere av et fornuftig forbruk. Ulikhetene i forhold til pris og kvalitet gjør at de to familiene kan beskrives som Familie Nytelse og Familie Nøysomhet. Gjennom analysen kommer også endringer i forhold til kjønnsroller frem. Mennene bidrar mer når det gjelder matlaging enn før, likevel er det fortsatt en viss grad av kjønnet arbeidsdeling.

Et av mine hovedfunn er at informantene er lite miljøbevisste. Likevel er det ingen av de seks som liker å kaste mat. Dette begrunnes heller i religion eller bekymringer for personlig økonomi enn i klima og miljø (Schanes, et.al., 2018, Aschemann-Witzel et.al., 2015, s. 6469). Dette tyder på et behov for økt kunnskap rundt bærekraft og matsvinn for både Familie K og Familie T.

Innholdsfortegnelse

Forord	2
Sammendrag	3
1. Innledning.....	8
1.1 Problemstilling.....	11
1.2 Begrepsavklaring	12
1.3 Utviklingen av norsk matkultur.....	13
1.4. Oppgavens oppbygging	16
2. Teori.....	16
2.1 Relevant forskning på temaet.....	16
2.2 Reduksjon av matsvinn – Hva motiverer og demotiverer?	17
2.3 Forbrukerens vurdering av matens spiselighet.....	18
2.4 Matsvinn – årsaker og tiltak.....	19
2.5 Hverdags sosiologi og den samfunnskapede virkelighet.....	22
Objektivering	23
Eksternalisering.....	24
Internalisering.....	24
2.6 Matens sosiologi	25
2.7 Sosial, økonomisk kapital og kulturell kapital.....	28
2.8 Forbrukeratferd	29
2.9 Et kjønnsperspektiv på mat og matkultur	31
3. Metode	32
3.1 Vitenskapsteoretisk utgangspunkt.....	33
Vitenskapsteoretisk utgangspunkt: Sosialkonstruktivistisk	33
3.2 Å studere generasjoner.....	34
3.3 Intervju som metode.....	35
Retrospektive intervjuer.....	35
3.4 Intervjuguiden	36
3.5 Utvalg og rekruttering av informanter.....	37
3.6 Gjennomføring av undersøkelsen.....	40
Familie K.....	40
Familie T.....	41
Generelle observasjoner.....	42
3.7 Studiens validitet, reliabilitet og overførbarhet.....	43
Validitet.....	43
Reliabilitet.....	43

Overførbarhet	45
3.8 Rollen som intervjuer.....	46
3.9 Etske refleksjoner.....	47
3.10 Analyse av materialet.....	49
4. Synet på mat og matsvinn i tre generasjoner - en analyse	50
4.1 Beskrivelse av informantene.....	50
Presentasjon av Familie K.....	50
Presentasjon av Familie T.....	53
4.2 Mat, økonomi og endring.....	56
Handlevaner.....	56
Pris versus Kvalitet.....	60
Matvarer og merkevarer.....	64
4.3 Oppsummering av Mat og Økonomi.....	66
4.4 Mat og matvaner.....	68
Tidsbruk.....	68
Ferdigmat og sunn mat.....	69
4.5 Måltidsvaner.....	70
Matvaner før.....	71
Hvem lagde maten?.....	74
Organisering av måltider	75
Frokost.....	76
Middag.....	77
4.6 Oppsummering av Mat og matvaner.....	79
4.7 Mat og bærekraft.....	80
Dato og spiselighetsvurderinger	80
Rester og matsvinn	83
Dårlig samvittighet.....	88
4.8 Oppsummering av Mat og bærekraft.....	91
5. Avsluttende drøfting	92
5.1 Endring og videreføring av matvaner og verdier.....	92
Mat, sosialisering og generasjonsdialektikk.....	94
Mat og kjønn.....	96
Mat og bærekraft.....	96
5.2 Konklusjon og behov for videre forskning.....	97
6. Litteraturliste.....	98
Vedlegg 1.....	105
Vedlegg 2.....	109

Vedlegg 3.....	113
Tabell- og figurligste.....	115

1. Innledning

Norge har gått fra å være et lite fattig land, til å bli et av verdens rikeste. Den økonomiske veksten har gjort Norge til et forbrukersamfunn, noe som har satt sine spor på flere områder, blant annet gjennom et bredere matvareutvalg, endrede handlerutiner og spisevaner. Ettersom verden utvikler seg og forbruket i mange land øker, har klima og miljø fått en stadig viktigere plass i politikk, debatter og i samfunnet generelt.

I 2019 sendte NRK serien «Matsjokket», som tok for seg hvor mye mat nordmenn kaster og utfordringer knyttet til dette (Rødseth, 2019). Vinteren 2021 hadde programmet «Sløsesjokket» premiere på samme TV-kanal. Serien handlet om at nordmenn kaster for mye (NRK, 2021). Forskning gjort av Avfall Norge i 2018, viser at hver enkelt forbruker kaster 42,6 kilo mat i året (Syversen, Hanssen og Bratland, 2018).

Tilgjengelighet og matvareutvalg har endret seg mye de siste 60 årene. Som forbruker i Norge i dag kan man enkelt gjennomføre dagligvarehandelen både på grunn av det store antallet matvarebutikker og åpningstider. Flere steder er det mulig å handle syv dager i uken, og siste nytt er døgnåpne og ubemannede matbutikker (Zondag, 2021). I tillegg er overgangen fra salg over disk til mer effektive løsninger som selvbetjente kasser et godt eksempel på endringene. Et annet utviklingstrekk er overgangen fra nisjebutikker som for eksempel fiskebutikk og slakterbutikk, til kjedebutikker og kjøpesentret hvor vareutvalget er «uendelig». Det er ikke nødvendig å dra innom mange butikker fordi forbrukeren får kjøpt alt på et sted (NOU, 2011:4, s. 72). I en artikkel i Østlandsposten fremgår det at for ca. 50 år siden var det 13 slakterbutikker i Larvik, mens det i 2021 kun er én igjen i hele Vestfold (Kaupang, 2021, s.4-5).

12. mars 2020 ble Norge stengt ned. Samme dag begynte den norske befolkningen å hamstre mat, og mange butikker ble tomme for en del varer. En gruppe forskere i Nofima (Matforskningsinstituttet) har sett på hvordan Covid-19 pandemien har påvirket våre matvaner, handlevaner og holdninger. De finner at nesten 2/3 har endret matvanene sine etter koronarestriksjoner ble innført. De største endringene er færre handleturer, mer hjemmelaget mat og bedre planlegging (Hægermark, 2020).

Dokumentarer som «Minimalism» (Millburn og Nicodemus, 2016), «Our planet» (Attenborough, 2019), «Kiss the Ground» (Harrelson, 2020) «Down to Earth» (Efron og Olien, 2020), er eksempler på andre programmer, som er lansert de siste årene, som tar for seg ulike klimautfordringer og problemer ved det økte forbruket man ser i dag. Disse programmene sier noe om kulturelle verdier i dagens samfunn, og at nøysomhet fortsatt er en dyd som verdsettes, mens sløsing er noe man bør unngå. Forskere ser at det skjer endringer på planeten vår, med stadig mer is som smelter og arter som dør ut (Meadows, Randers og Meadows, 1972, Crist, 2019). På bakgrunn av dette har det blitt rettet mer oppmerksomhet på hvilke endringer som kan, og må gjøres for å bremse global oppvarming og andre klimautfordringer. I 2015 ble Parisavtalen inngått, en internasjonal avtale med mål om at verdens land skal klare å begrense klimaendringene (FN-sambandet, 2020). Samme året vedtok FNs medlemsland 17 bærekraftsmål som gjelder frem til 2030, hvor mål nummer 12.3 går ut på å halvere matsvinn per innbygger på verdensbasis (FN- sambandet, 2020). De 17 bærekraftsmålene og de 169 delmålene reflekterer de tre dimensjonene i en bærekraftig utvikling: klima og miljø, økonomi og sosiale forhold (Barne -og familiedepartementet, 2019, s. 104).

I forbindelse med bærekraftsmålene har EAT, en frivillig organisasjon med norske Gunhild Stordalen som frontfigur, jobbet for å forandre det globale matsystemet. I følge EAT Foundation er mat den største enkeltstående bidragsyteren til klimagassutslipp. I en artikkel fra 2020 uttaler Gunhild Stordalen at “Food is directly or indirectly related to all 17 of the UNs Sustainable Development Goals. A change in our food system is needed and urgent” (EAT, 2020). De påpeker videre at for å kunne halvere matsvinnet vil det kreve store endringer i hele næringskjeden (Stordalen og Singh, 2019).

EU har gjennomført to store forskningsprosjekter, «FUSIONS» (2012-2016) og «REFRESH» (2015-2019) de siste ti årene. FUSIONS hadde som mål å komme frem til strategier for å minske matsvinn, mens REFRESH forsøkte å forstå forbrukeren og andre faktorer som kostnader og kommunikasjon rundt matsvinn (Wunder, et.al., 2020). Disse to prosjektene, som begge har gått over fire år, sier noe om viktigheten av forskning på matsvinn. I Norge har det kommet to Stortingsmeldinger de siste årene: Meld. St. 45 "Avfall som ressurs – avfallspolitikk og sirkulær økonomi» (2016-2017) og Meld. St. 25 «Framtidas forbruker – grønn, smart og digitale» (2018-2019). Disse to viser at bærekraft, klima, miljø og matsvinn er på agendaen også i Norge.

For å bidra til FNs bærekraftsmål, signerte norske myndigheter og en samlet matbransje en bransjeavtale i juni 2017, som handlet om å redusere matsvinn. Målet er, i tråd med FNs bærekraftsmål, å redusere matsvinnet med 50 prosent innen 2030 (Stensgård, Presterud, Hanssen og Callewaert, 2019). Rapporten «Matsvinn i Norge- Rapportering av nøkkeltall 2015-2018» (Stensgård, et. al., 2019) viser at matbransjen er på god vei til å redusere matsvinnet. Samtidig ser man at det er husholdningene som kaster mest mat blant verdikjedene matindustri, dagligvarehandel, hotell og husholdninger (Stensgård et. al., 2019, s. 5). Det er lite som tyder på at matsvinnet hos forbrukeren er på vei ned. Derfor rettes oppmerksomheten mot husholdningene. Rapporten anbefaler videre at myndighetene satser på kompetanseheving i barnehager og skoler for å forebygge matsvinn hos kommende generasjoner (Stensgård et. al., 2019, s.6). Studier viser at forbrukernes verdier påvirker bevissthet og holdninger, samt livsstil (Hebrok og Heidenstrøm, 2017, s. 3). Samtidig skriver Barne- og familiedepartementet (2019) i en melding til Stortinget at årsakene til at forbrukere kaster mat er komplekse. Videre fremkommer det at det er behov for mer informasjon og kunnskap for å kunne forebygge og redusere matsvinnet. Med dette som bakgrunn er jeg interessert i å studere temaet mat, innkjøp av mat og matsvinn i husholdningene grundigere.

Denne masteravhandlingen skrives innenfor samfunnskunnskap på lektorutdanningen ved Universitet i Agder. Dette er en tverrfaglig oppgave som henter teoriressurser fra sosiologi og sosialøkonomi. I tillegg kan prosjektet plasseres innenfor en samfunnsfagdidaktisk kontekst. Oppgaven handler om utvikling av det norske samfunnet, forbrukersamfunnet, sosialisering og oppvekst, bærekraftig utvikling og kultur. Flere av disse temaene er koblet til læreplanenes kompetansemål i samfunnsfag. I den gjeldende lærerplanen i samfunnsfag på videregående står følgende i fagets sentrale verdier:

«[...] Slik skal samfunnskunnskap bidra til å styrkje elevane si forståing av samfunnet dei lever i, og korleis samfunnet formar dei som menneske. Elevane skal forstå at dei kan bidra til ei berekraftig samfunnsutvikling gjennom å vere aktive medborgarar, og påverke samfunn og arbeidsliv no og i framtida». (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 2).

Dette er hentet fra læreplan i samfunnsfag for VG1 og VG2. Også læreplanen for samfunnsfag på ungdomsskolen tar opp temaer som sosialisering, kultur og bærekraft, slik som i dette kompetansemålet: «beskrive ulike dimensjonar ved berekraftig utvikling og

korleis dei påverkar kvarandre, og presentere tiltak for meir berekraftige samfunn» (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 11).

Flere av ferdighetene og kunnskapene elevene på ungdomskolen og videregående skole skal tilegne seg gjennom samfunnsfaget i skolen, finner man igjen i min masteroppgave.

1.1 Problemstilling

Det er gjort flere store kvalitative undersøkelser av forbrukere og mat, handlevaner og matsvinn (Forbrukerrådet 2016, Hebrok et.al. 2018, FUSIONS 2012-2016, REFRESH 2015-2019, Knutsen og Hebrok 2019, Stensgård et.al. 2019, Hebrok og Heidenstrøm 2017). Det er imidlertid gjort lite forskning på mat, innkjøp av mat og matsvinn i et generasjonsperspektiv i norsk sammenheng. Etter å ha vært i kontakt med både Forbruksforskningsinstituttet (SIFO), NORSUS (tidligere Østfoldforskning) og EAT, og selv gjort omfattende litteratursøk på både engelsk og norsk, har jeg ikke funnet noe tidligere forskning som tar for seg mat, handlevaner og matsvinn i et generasjonsperspektiv. Det er derfor av interesse å ikke bare undersøke mat, innkjøpsvaner og matsvinn i en enkelt husholdning, men også å se temaet i et generasjonsperspektiv. Denne oppgaven vil derfor kunne bidra til dybdekunnskap om tre generasjoners syn på mat, innkjøp av mat og matsvinn, og se på utviklingen i lys av teorier om sosialisering, sosial kapital og samfunnsøkonomi. Bakgrunnsinformasjonen presentert i innledningen og tidligere forskning, har vært medvirkende til at jeg har utviklet følgende problemstilling:

Hvilket syn har tre generasjoner på mat, innkjøp av mat og matsvinn?

Problemstillingen sier noe om formålet med oppgaven og hva jeg ønsker å forske på. Målet er å finne ut hvordan de tre generasjonene ser på innkjøp av mat, pris og kvalitet på matvarer, måltidsvaner og matsvinn, og hvilken utvikling dette har hatt over tid hos de to familiene. Jeg ønsker å finne ut om det er noen vaner, verdier og holdninger som «arves» mellom generasjonene, og om det er noen som endres. Forskingen gjøres i tre generasjoner i samme familie. På grunn av oppgavens omfang har jeg avgrenset meg til å følge to familier fra Sørlandet, som begge kan plasseres i middelklassen. Likevel fremstår de som ganske ulike med tanke på til økonomisk kapital, og kan henholdsvis plasseres i det øvre og nedre sjiktet av

middelklassen. Masteravhandlingen er et kvalitativt prosjekt hvor jeg har intervjuet bestemødre, mødre og sønner i samme slekt. Intervjuene har omhandlet mat, synet på mat, handlevaner, matvaner, oppbevaring av mat, rester og matsvinn. Jeg har vært opptatt av informantenes refleksjoner omkring denne tematikken, og vil redegjøre mer utfyllende for intervjuprosessen i oppgavens metodekapittel.

1.2 Begrepsavklaring

Regjeringen definerer matsvinn på følgende vis: "Matsvinn omfatter alle nyttbare deler av mat produsert for mennesker, men som enten kastes eller tas ut av matkjeden til andre formål enn menneskeføde, fra tidspunktet når dyr og planter er slaktet eller høstet" (Regjeringen, 2016).

Ut ifra denne definisjonen regnes altså matsvinn som nyttbare deler av mat som opprinnelig var produsert for mennesker, men ender opp som dyrefôr, gjødsel eller forbrenning (Syversen, et.al., 2018). Matsvinn er all mat som burde vært spist, den nyttbare delen av matavfallet. EUs definisjon av mat tilsier at det er mer enn dette som anses som matsvinn. Definisjonen på mat fra EU lyder slik:

«[...] encompasses food as a whole, along the entire food supply chain from production until consumption. Food also includes inedible parts, where those were not separated from the edible parts when the food was produced, such as bones attached to meat destined for human consumption. Hence, food waste can comprise items which include parts of food intended to be ingested and parts of food not intended to be ingested” (Direktiv 2019/1597/EC om matsvinn).

Denne definisjonen omfatter mat gjennom hele næringskjeden fra produksjon til konsumering. Definisjonen inkluderer også ikke-spiselige deler slik som ben på kjøtt. En slik definisjon på mat påvirker igjen hvordan matsvinn defineres, som her da også rommer uspiselige og spiselige deler av mat. Fra 2012 til 2016 hadde EU et prosjekt kalt FUSIONS (Food Use for Social Innovation by Optimising Waste Prevention Strategies) som jobbet med å effektivisere reduksjon av matsvinn i Europa (EU FUSIONS, 2016). I dette prosjektet opererte EU med denne definisjonen på matsvinn:

“Food waste is any food, and inedible parts of food, removed from the food supply chain to be recovered or disposed (including composted, crops ploughed in/not harvested, anaerobic digestion, bio-energy production, co-generation, incineration, disposal to sewer, landfill or discarded to sea)” (EU FUSIONS, 2016).

Definisjonen EU benytter på matsvinn, omhandler det samme som FNs definisjon. EU differensierer i tillegg mellom «food loss», «food waste» og «food wastage». I denne oppgaven vil jeg kun forholde meg til definisjonen på «food waste».

Problemstillingen i denne masteravhandlingen er utforskende, med et ønske om å forstå fenomenene mat og matsvinn, og de to familienes syn på dette. I neste delkapittel vil jeg derfor gjøre rede for litt om Norges utvikling generelt, og utvikling i matkulturen spesielt. Dette gjøres fordi det anses som relevant for at leseren skal få bedre forståelse for temaet denne oppgaven tar for seg.

1.3 Utviklingen av norsk matkultur

Når mat og matsvinn i et generasjonsperspektiv skal studeres, er det nødvendig å tegne et kort historisk tilbakeblikk på utviklingen av det norske kjøkkenet og dets tilblivelse. Dette gir en forståelse av hvorfor vi spiser som vi gjør i dag. Det er i hovedsak Annechen Bahr Bugge sin bok *Fattigmenn, tilslørte bondepiker og rike riddere* (2019) som er brukt for å si noe om hvordan utviklingen på dette feltet har vært i norsk sammenheng. Boken tar for seg mat og spisevaner i Norge fra 1500-tallet til vår tid. Boken baserer seg på skriftlige materialer, statistikker og kostholds- og forbrukerundersøkelser fra 1500-tallet til i dag (Bugge, 2019, s. 7).

De siste 300 årene har Norge gått gjennom store samfunnsendringer, og utviklet seg til å bli et av verdens rikeste land. På tross av utviklingen, bærer norsk mat og matkultur preg av et marginalt jordbruk og et tøft klima, og i lang tid var kosten i Norge svært ensformig. Det var få ingredienser, en enkel tilberedning og det var dårlig med kjøkkenredskaper og spiseutstyr (Bugge, 2019, s. 29). Den tradisjonelle norske matkulturen ble hovedsakelig til i selvbergingshusholdets tid, som handlet om at hver gård dyrket sin egen mat og høstet fra naturen gjennom jakt, fangst og sanking. Dette eksisterte til langt ut på 1900-tallet og ble aktuelt igjen under andre verdenskrig (Ringvold og Høberg, 2021).

De færreste av matvarene ble inntatt ferskt. Fisk og kjøtt ble saltet, gravet eller røkt, mens melk ble drukket som surmelk i ulike varianter (Bugge, 2019, s. 31-32). Ferskt kjøtt ble bare spist i slaktetiden, og dette var det ikke så mye av. Når tilgangen på fôr til kyrene ble mindre utover høsten, ble melkeproduksjonen redusert. Melken ble derfor konservert i form av ost, smør, syrnet myse og kjernemelk. Fersk helmelk ble i liten grad drukket, og det var ikke vanlig før langt ut på 1900-tallet (Ringvold og Høberg, 2021). Behovet for å konservere

matvarene mens de er i sesong, slik at de kan holde til neste års forbruk, har vært en stor del av den norske matkulturen (Ringvold og Høberg, 2021). Salt og surt var to smaker som var gjengangere i det norske kostholdet i mange år. Det var til og med noen som brukte salt i kaffen (Bugge, 2019, s. 29).

Bondekosten bestod av brød, grøt, melk, smør og ost. Disse produktene var hovedingredienser til alle døgnetts måltider (Bugge, 2019, s. 31). Fra slutten av 1700-tallet ble poteten utbredt i Norge. Den var lett å dyrke i det norske klimaet og gav store avlinger. Poteter ble raskt en hovedingrediens i det norske kostholdet (Ringvold og Høberg, 2021). Helt frem til 1850-tallet bestod 85 prosent av nordmenns kosthold av korn og poteter, mens de resterende 15 prosentene bestod av meieriprodukter, kjøtt og fisk. Det var lite frukt og grønnsaker før 1700-tallet. Før var det vanlig med flere måltider enn hva de fleste er vant med i dag. På siste halvdel av 1800-tallet hadde man mellom fem og seks måltider om dagen. Disse måltidene var klokka 05, mellom 06 og 07, klokka 10, klokka 15, 17:30 og klokka 20. Klokkeslettene kunne variere noe, men de var nokså like i hele landet (Bugge, 2019, s. 224).

Årene etter andre verdenskrig var preget av rasjonering og lite mat. Folk manglet «alt», bortsett fra penger. Det tok tid før tilgangen på mat gikk tilbake til hvordan den var før krigen brøt ut (Bugge, 2019, s. 289). To tiår etter andre verdenskrig hadde Norge blitt et forbrukersamfunn, med overflod av tilgjengelige varer (Hagemann, 2015).

Fra 1900-tallet og frem til 2021, har det skjedd store samfunnsendringer innenfor teknologi, økonomi og levemåter. Et viktig fremskritt var innlagt vann og elektrisitet, noe de fleste fikk i 1950-årene (Bugge, 2019, s. 248). Dette førte også til forandringer i kostholdet. Tidligere bar det preg av at målet var å få råvarene til å holde lengst mulig, mens forbrukerhusholdningen var preget av mer ferske råvarer og halvferdig og helferdig mat. Bugge (2019) skriver at forbruket i Norge tredoblet seg mellom 1900 og 1950. Kjøtt og kolonialvarer tok etter hvert mer og mer over for poteter, sild og melkeretter (Nilsen, 2011 og Boyhus 2013, referert til i Bugge, 2019, s. 248).

Frem til 1970-årene hadde kvinner stort sett vært husmødre, men på 1970-tallet økte kvinners yrkesdeltagelse. På samme tid startet Norges oljeproduksjon, noe som satte i gang en enorm velstandsutvikling (Bugge, 2019, s. 250). Med den nye velstanden så man blant annet at nordmenn kjøpte stadig mer eksklusiv og langreist mat, noe som krevde mye transport og et

økt fotavtrykk med tanke på miljø (Bugge, 2019, s. 251). I tillegg økte mengden matavfall per innbygger betraktelig.

I 1971 ble det gjennomført en landsomfattende undersøkelse som tok for seg middagsvaner i norske hjem. Undersøkelsen viste at kjøtt stadig fikk en viktigere rolle i middagen i husholdningene. De fleste hadde hatt poteter til middag i ukedagene og på søndag, mens færre hadde poteter på lørdag (Institutt for markedsforskning, 1971, referert til i Bugge, 2019, s. 348). Det kom også stadig nye matretter inn i det norske kostholdet. Pizza ble introdusert i Norge en gang på 1960-tallet, men det var ikke før i 1970-årene at det virkelig fikk utbredelse. Husmødrene lærte seg etter hvert å lage retten med varierende resultat. I 1980-årene var pizza fortsatt ansett som noe eksotisk, og dypfryst pizza i butikken ble sett på som mat for spesielt interesserte (Bugge, 2019, s. 381).

På 1970- og 1980-tallet ble det mer vanlig med toinntektsfamilier. Den økte yrkesdeltagelsen blant kvinner førte til at det ikke lenger var like mye tid til rådighet til å lage mat. Det ble større i større grad foretrukket rask, enkel og effektiv matlaging (Bugge, 2019, s. 400). Dette er en utvikling man så enda tydeligere fra 1990-årene til 2000 årsskiftet. Det førte til at mat og måltider ble nedprioritert i større grad enn tidligere (Bugge 2019, s. 427). Frokost og middag ble i hovedsak spist hjemme, mens de fleste spiste lunsj på jobb eller skole. Det kom også frem at sju av ti spiste et måltid i løpet av dagen, hvor hele husstanden var samlet. Undersøkelsen viste at tidspunkt for når mat ble inntatt endret seg i helgene (Bugge, 2019, s. 429).

For hvert tiår har Bugge (2019) laget en liste over nye matord i det norske ordforrådet. Ettersom hun nærmer seg vår tid, blir listen over nye matord stadig lenger. Dette sier noe om at endringene i den norske matkulturen og samfunnet generelt skjer i et raskt tempo (Bugge, 2019, s. 399). På 1960-tallet reflekter ord som holdbarhetsdato, pizza, posemat og industrimat at Norge er i ferd med å gjøre en dreining fra å bruke lang tid på matlaging, til at såkalt *fast food* får større plass (Bugge, 2019, s. 298). Fast food, junk food, gatekjøkkenmat, frokostblanding og oppdrettslaks er noen av ordene som kom til på 1970-tallet. Det er tydelig at mat som er rask å lage og kjøpt ferdig, virkelig slår rot. Det er først på 2000-tallet at man ser en endring tilbake til at det kortreiste er det som anses som eksklusivt, og at det å bruke tid på matlaging er en ressurs. Dette kommer frem av ord som fermentering, langtidshaving, bondens marked og gårdsmat. Samtidig blir det rettet søkelys mot miljø, og ord som matsvinn, bærekraftig mat, matredder og nedpriset mat kommer inn i ordforrådet (Bugge,

2019, s.466). De nye ordene etter tusenårsskiftet viser at helse, miljø og etikk var blitt viktige temaer. Samtidig har etterspørselen og interessen for mat som dekker kravene til renhet, friskhet og enkelthet blitt større.

1.4. Oppgavens oppbygging

Oppgaven er delt inn i 5 kapitler. I kapittel 1 gjør jeg rede for avhandlingens tema og problemstilling. Videre, i kapittel 2, vil jeg legge frem teori knyttet til sosialkonstruktivisme, forbrukeratferd og matens sosiologi, samt annen relevant forskning. I tillegg gjøres det rede for forskning i et kjønnsperspektiv. I kapittel 3 legges metodiske valg og overveielser frem. Kapittel 4 består av en presentasjon av data og drøfting opp mot problemstilling, teori og tidligere forskning. Avslutningsvis vil jeg i kapittel 5 presentere en avsluttende drøfting som munner ut i en konklusjon på bakgrunn av hva oppgaven har tatt for seg.

2. Teori

I denne delen av oppgaven vil jeg presentere teorier og tidligere forskning som jeg har brukt i analyse- og drøftingskapittelet. For å kunne si noe om hvilket syn tre generasjoner har på mat og matsvinn, har jeg valgt å ta i bruk teorier fra både sosiologi og samfunnsøkonomi. Berger og Luckmann og deres teori om sosial konstruksjon av virkeligheten er sentral for denne oppgaven. Jeg har også brukt teorier om matens sosiologi, forbrukeratferd og forskning i et kjønnsperspektiv i analysen og drøftingen av synet på mat, innkjøp av mat og matsvinn. Samt Pierre Bourdieu og hans teori om sosial, økonomisk og kulturell kapital. Først vil jeg gjøre rede for tidligere forskning på mat og matsvinn hos forbrukeren.

2.1 Relevant forskning på temaet

Det er gjort svært mye forskning på forbrukerens handlevaner, matvaner og matsvinn, både i Norge, Europa og internasjonalt (Elsen et.al 2015, Vittuari et.al. 2016, Steinnes et.al. 2019, Forbes et.al. 2021, Hebrøk og Heidenstrøm 2017, Otterdijk og Meybeck 2011, Hanssen et.al. 2013). I dette delkapittelet vil jeg gjøre rede for noe av denne forskningen. Utvalgskriteriene som ligger til grunn er at 1. forskningen ikke skal være mer enn ti år gammel, 2. det skal være fokus på forbrukeren, handlevaner og matsvinn og 3. at det er direkte relevant for min oppgave. Jeg har forsøkt å finne store forskningsprosjekter og forskningsoversikter, slik at de dekker mest mulig kunnskap om temaet. Oversikten over tidligere forskning er ikke

uttømmende, men den gir et godt bilde av eksisterende forskning på mat og matsvinn. Det presenteres både norsk og internasjonal forskning i denne gjennomgangen fordi det anses som relevant for oppgavens problemstilling.

Forskningen jeg presenterer vil videre bli knyttet opp mot mine funn i analyse- og drøftingskapittelet. Det vil både være forskningsprosjekter, noen artikler og forskningsgjennomganger. Disse vil kunne si noe om status på forskning på feltet. For å gjøre det mest mulig oversiktlig, er delkapittelet systematisert i tre hovedkategorier: 1) Reduksjon av matsvinn- Hva motiverer og demotiverer? 2) Forbrukerens vurderinger av matens spiselighet og 3) Matsvinn- årsaker og tiltak.

2.2 Reduksjon av matsvinn – Hva motiverer og demotiverer?

Aschemann-Witzel, et.al. (2015) har gjennom intervju og analyse av tidligere forskning sett på hva som fører til matsvinn hos forbrukeren, og på hvilke områder det kan gjøres forbedringer. Datamaterialet baserer seg på gjennomgang av tidligere forskning og ekspertintervjuer av 11 forskere fra Danmark, England, Italia, Sverige og Nederland. Intervjuene tok for seg faktorer som forårsaker forbrukerens matsvinn i husholdninger og i matforsyningskjeden. Aschemann-Witzel et.al. (2015) kommer frem til at forbrukerens motivasjon er den viktigste faktoren for å unngå matsvinn. For noen kan begrunnelsen for å unngå matsvinn være økonomisk motivert, for andre handler det om religion, eller bekymringer for miljøet. En annen faktor handler om at forbrukeren kan oppleve å være i konflikt med egne verdier. Verdier som kan være i konflikt med hverandre er fokus på helse, bekymringer rundt matsikkerhet, ønske om å være spontan og ønsket om å være en god «care-taker» for familien (Aschemann-Witzel et.al., 2015, s. 6469).

Dette med verdier som kommer i konflikt med hverandre og ønsket om å være en som tar vare på familien, finner også Schanes, et.al. (2018) i sin oversiktsartikkel over forskning på feltet. De har gjennomført en systematisk analyse av tidligere empiriske studier på matsvinn i husholdninger i Europa. Schanes et.al. (2018) kommer frem til at husholdninger har ambivalente holdninger når det gjelder å minske matsvinn, ved at de ofte befinner seg i en konflikt mellom å redusere matsvinnet og personlige preferanser som matsikkerhet, smak og friskhet. I tillegg kan behovet for å ha det ryddig/organisert, det å være en god «homemaker» og vertinne komme foran behovet for å minske matsvinn (Schanes, et.al., 2018, s. 988). I

likhet med Aschemann-Witzel et.al (2015) og Schanes et.al. (2018), finner også Graham-Rowe, Jessop og Sparks (2013) ut at det ser ut til at forbrukeren ofte befinner seg i konflikt med egne verdier. De har gjort en kvalitativ studie, hvor de har gjennomført semistrukturert intervjuer med 15 husholdninger i England. Graham-Rowe et.al. (2013) ser også en kobling mellom identitet og ønsker om å være en «good provider». Ved å kjøpe sunn og nok mat til de man er glad i, er det en måte å uttrykke og bekrefte sin identitet som en «good provider» (Graham-Rowe, et.al., 2013, s. 20). Mat kan dermed også kobles til forbrukerens ønske om å skape seg en bestemt identitet.

Videre viser Schanes et.al (2018) systematiske analyse at husholdninger i Europa generelt er bekymret og føler dårlig samvittighet i forhold til matsvinn, men at det handler mer om personlige bekymringer som økonomisk tap enn om bekymringer om miljø.

2.3 Forbrukerens vurdering av matens spiselighet

Forbrukerrådet gjorde i 2016 en undersøkelse som hadde som formål å få et innblikk i norske forbrukeres handlevaner, og innsikt i deres holdninger til mat og holdbarhet. Den ble gjennomført i Norstats respondentspanel, som består av rundt 83 000 nordmenn. I tillegg ble det gjort 1020 web-intervjuer. Respondentene skulle ta stilling til ulike påstander knyttet til holdbarhetsdato, planlegging og innkjøp av matvarer (Forbrukerrådet, 2016). Datamaterialet viser at nordmenn handler mat flere ganger i uken, men at antall per uke varierer i de enkelte husholdninger. Videre svarer fire av ti at de handler flere eller andre matvarer enn hva de faktisk har behov for. De som handler hver dag, kjøper oftere varer som ikke er på handlelisten enn de som handler sjeldnere. Det kommer også frem av rapporten at mange forbrukere er styrt av pris når de skal handle mat. To av tre svarer at de kjøper flere eller andre matvarer enn de trenger fordi varen er på tilbud (Forbrukerrådet, 2016).

Med tanke på vurderinger av matens spiselighet sier rundt 80 prosent av respondentene seg enig eller delvis enig i påstanden om at de alltid sjekker matvaren før de kaster den. Til mat som har gått ut på «best før» dato, sier sju av ti seg helt eller delvis enig i at de fortsatt spiser dette. Undersøkelsen så også på forbrukernes meninger om å minske matsvinn i husholdningen. Her kommer det fram av rapporten at en av fire undersøker hva de har i skap og kjøleskap når de planlegger middag, mens 48 prosent er delvis enig i dette. En stor andel, 86 prosent, oppgir at det er viktig for dem å kjøpe riktig mengde mat for å spare penger. Cirka

samme andel mener at det å kjøpe riktig mengde mat også gjøres for å spare miljøet og å kaste mindre (Forbrukerrådet, 2016).

Holdbarhet og holdbarhetsmerking på matvarer og betydningen dette har for kasting av mat, har også Hebrok, Steinnes, Heidenstrøm og Tangeland sett på i sin undersøkelse fra 2018. Ved å bruke en multimetodologisk (både kvalitative og kvantitative datasett) tilnærming studerte de hvordan forbrukere gjør vurderinger av matens spiselighet, og hvilken betydning datostempling har for matsvinnet i norske husholdninger. Forskningen viser at forbrukeren er usikre på egen vurderingsevne i forhold til matens spiselighet, og at det er mye som spiller inn når spiselighetsvurderinger gjøres (Hebrok, et.al., 2018, s. 7-8).

Hovedårsaken respondentene legger til grunn for kasting av mat er sanselige egenskaper, ikke datomerkingen på produktene. Selv om datomerking i liten grad oppgis som årsak til kasting av mat, fører den til usikkerhet rundt spiselighet. Forbrukeren opplever i større grad trygghet rundt egne vurderinger av tørrvarer enn produkter som faller innenfor kategorier som ferskvarer eller halvferdigmat. Det ser ut til at den erfaringsbaserte kunnskapen har størst påvirkning på forbrukerens vurderinger i sammenheng med matens spiselighet og holdbarhet (Hebrok, et.al., 2018, s. 7). Videre viser datamaterialet at forbrukeren er mest opptatt av å spise mat de liker. De ønsker nytelse forbundet med mat, og i størst mulig grad unngå ubehag. Det ser ut til at det emosjonelle og hedonistiske aspektet ved mat kommer fremfor holdningene forbrukerne uttrykker i forhold til miljø- og klimaproblemer (Hebrok, et.al., 2018 s. 7).

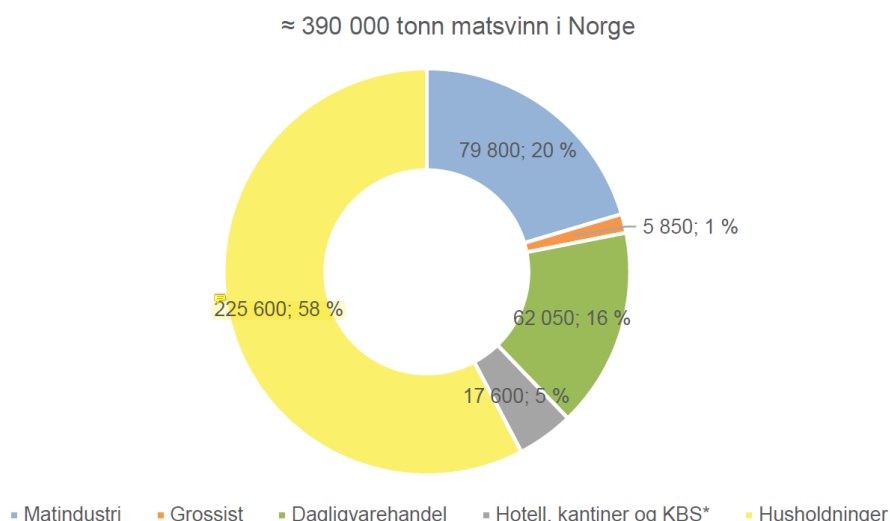
Det er en tydelig brist mellom forbrukernes holdninger og hva de faktisk gjør i praksis. De aller fleste ser på matsvinn som et problem, men 63 prosent tror de kaster mindre enn det de faktisk gjør, og at de kaster mindre enn andre. De fleste i undersøkelsen deler oppfatningen om at det å kaste mat ikke er greit. Likevel har husholdningene i Norge er svært høyt matsvinn (Hebrok, et.al., 2018, s. 8).

2.4 Matsvinn – årsaker og tiltak

Steinnes og Hebrok legger i en rapport fra 2019 frem en kunnskapsoppsummering om ulike forskningsprosjekter som har tatt for seg matsvinn på forbrukernivå i Norge og Europa (s. 7). De påpeker mangel på opplæring i praktiske ferdigheter for hvordan man skal kutte matsvinnet. Hovedfokuset i eksisterende forskning på matsvinn har vært omfanget av og

årsakene til matsvinn på husholdningsnivå. Selv om det arbeides med forbrukernes kunnskap og holdninger, vil ikke dette være nok til at det skjer endringer, dersom ikke det strukturelle er på plass. Ifølge Steinnes og Hebrok (2019) må det jobbes med de strukturelle forutsetningene for å kunne minske matsvinn i husholdningene betraktelig. Det er forsket på hvilke forbrukere som kaster mest. Til dette skriver Steinnes og Hebrok (2019): «Siden forskning har vist at de som kaster mest er unge voksne og barnefamilier kan dette synes å være et generasjonsproblem og et livsfaseproblem, men også et organisatorisk problem knyttet til spising i opplæringsinstitusjoner slik som barnehager, skoler og universiteter» (s. 43). På bakgrunn av dette, er opplæring i forhold til mat svært viktig som en mulighet til å kunne forebygge matsvinn.

Økt kunnskap hos forbrukeren med mål om å minske matsvinn, trekkes også frem av Stensgård, Prestrud, Hanssen og Calleweart (2018). Rapporten baserer seg på data fra tidligere forskningsprosjekter gjort hos Matvett og resultater fra forskningsprosjektet KuttMatsvinn2020. Stensgård et.al. (2018) tar for seg tall og utviklingstrender for matbransjen, samt ser på forbrukerens rolle i kampen mot matsvinn (s. 3). De legger frem en modell over estimert total mengde matsvinn i Norge fordelt på verdikjedeledd. Her ser man tydelig at det er husholdningene som kaster mest mat (Stensgård, et.al., 2018, s. 4). Modellen tar utgangspunkt i tallene Stensgård et.al. (2018) har kartlagt, og de har beregnet at det i 2018 ble kastet minst 390 000 tonn mat.



Figur 1 Matsvinn i Norge: «Estimert total mengde matsvinn i Norge fordelt på verdikjedeledd» 2018, av Stensgård, Prestrud, Hanssen og Calleweart.

Modellen viser andel matsvinn i de ulike verdikjedene i 2018, og det kommer tydelig frem at husholdningene er de som kaster mest. De stod for 58 prosent av det totale matsvinnet i Norge i 2018. Måltidsrester og bakevarer er det som ble kastet mest hos husholdningene. Det er lite som tyder på at matsvinnet hos forbruker er på vei til å minske (Stensgård et.al., 2018, s. 6). I likhet med Steinnes og Hebrok (2019), påpeker også Stensgård et.al. (2018) at matsvinnet kan minske ved å øke forbrukerens kunnskap om fenomenet.

For å få en oversikt over hvilke forbrukere som kaster mest, er det laget fire forbrukerprofiler. De som kaster mest er familier med lite tid og høy inntekt, mens de som kaster minst er de med mye tid og lav inntekt. Rapporten viser at det er forbrukere under 40 år som oppgir å kaste fleste matvaregrupper, mens de over 65 oppgir å kaste færre matvaregrupper (Stensgård, et.al., 2018, s. 49). Pensjonister eller personer i permisjon er de som oftest oppgir å kase lite mat. Stensgård et.al. (2018) skriver at dette tyder på at tid er en viktig faktor som påvirker hvor mye mat som kastes. Dette er relevant bakgrunnskunnskap med henblikk på mine informanter.

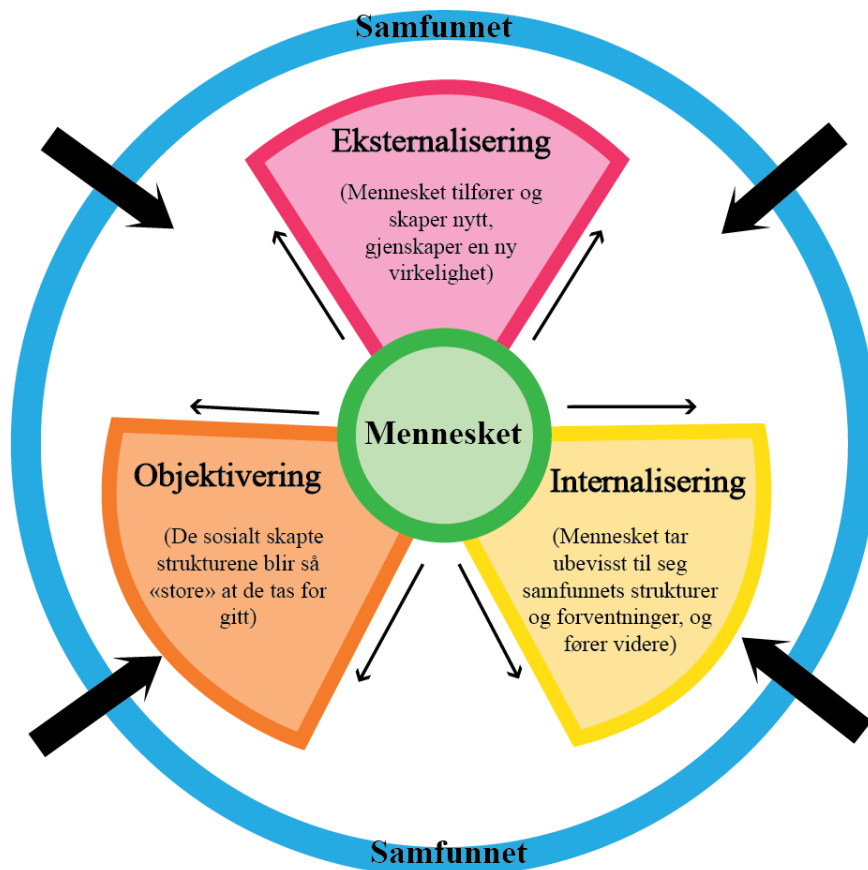
Mens Stensgård et.al. (2018) i hovedsak har sett på hvilke forbrukere som kaster mest, og hva de kaster, har Hebrok og Heidenstrøm (2017) sett på årsaker til og tiltak mot matsvinn i norske husholdninger. Rapporten baserer seg på 26 intervjuer, gjort hjemme hos informantene i Oslo og Akershus. Hebrok og Heidenstrøm (2017) finner fem hovedårsaker til matsvinn i husholdningene i sitt datamateriale: 1. Forbrukeren har for lite tro på egne vurderinger av mattrygghet og matkvalitet, 2. Rutiner i forhold til mat, fører til at matvarer ikke brukes optimalt, 3. Forbrukeren oppfatter matens verdi som lav, 4. Langdisplanlegging gjør det vanskeligere å være fleksibel og 5. Forbrukeren har liten bevissthet rundt hvor mye de selv kaster. Med tanke på forbrukerens usikkerhet til vurdering av om mat er spiselig eller ikke, bidrar datomerking til både å øke og redusere usikkerheten. Selv om forbrukeren evaluerer en matvare som spiselig, kan en utgått datostempling føre til at forbrukeren ikke stoler på egen vurdering og maten kastes. Dette har også Hebrok et.al. (2018) kommet frem til. Usikkerheten forbrukeren opplever handler om hva som er akseptabelt i sammenheng med lukt, farge og konsistens, noe som vil være avhengig av personlige preferanser og tidligere erfaringer (Hebrok og Heidenstrøm, 2017). Det er for mange et ideal å langtidsplanlegge handling av mat. Hebrok og Heidenstrøm (2017) finner ut at langtidsplanlegging kan føre til mer matsvinn. Flexibiliteten er i mindre grad er til stedet, og det er mindre rom for hverdagens kompleksitet og uforutsigbarhet. I forhold til matens verdi kommer det frem av forskningen at

mat tillegges flere typer verdier, og at noe har høyere verdi mens noe har mindre verdi. Selv om det å kaste mat anses som noe en ønsker å unngå, er det lett for husholdningene å kaste mat fordi den er tilgjengelig og den er billig. Mat som er sjelden, eller mottatt av venner og familie tillegges derimot høy verdi og kastes sjeldnere (Hebrok og Heidenstrøm, 2017).

2.5 Hverdagssosiologi og den samfunnsskapede virkelighet

I boken *Den samfunnsskapede virkelighet* analyserer Berger og Luckmann (2015) hvordan mennesker og samfunn gjensidig påvirker hverandre. De ser på utviklingen av kunnskap, og samhandling som en sosial prosess, der samfunn og individ er gjensidig avhengig av hverandre. Sammen skaper og opprettholder mennesker samfunnet gjennom sosial praksis. Det er en dialektisk prosess der virkeligheten endres og konstrueres på nytt gjennom eksternalisering, objektivisering og internalisering. En dialektisk prosess vil si at individer både påvirker og påvirkes av samfunnet (Berger og Luckmann, 2015).

Dette gjensidige påvirkningsforholdet er selve kjernen i sosialkonstruktivismen. Prosessen med å bli menneske foregår i gjensidig avhengighet til omgivelsene, ved at mennesket forholder seg til både spesielle naturgitte omgivelser, og kulturell og sosial orden som formidles gjennom signifikante andre. Det er mange måter å være menneske på, og det varierer fra det ene sosiokulturelle område til det andre (Berger og Luckmann, 2015, s. 65). Berger og Luckmann (2015) skriver at mennesket har en natur, men at mennesket også bygger opp sin egen natur. Sagt på en annen måte, *mennesket skaper seg selv*. Mennesket er på den ene siden en kropp, mens på den andre siden *har* mennesket en kropp (Berger og Luckmann, 2015, s. 67). I forhold til mat vil det si at mennesket naturlig er avhengig av næring, mens måltidet og hvordan dette inntas og organiseres er et resultat av menneskets konstruksjon. Mennesket skaper seg selv i samspill med det menneskelige fellesskap, og det menneskelige fellesskapet skaper samfunnet. Menneskers forståelse blir skapt av de tre parallelle prosessene: eksternalisering, objektivisering og internalisering (Berger og Luckmann, 2015, s. 135).



Figur 2: Sosial konstruksjon: Egenkomponert modell som illustrer Berger og Luckmanns teori om sosial konstruksjon.

Denne modellen viser hvordan de tre prosessene skjer kontinuerlig og parallelt med hverandre. Objektivering, internalisering og eksternalisering er tre ulike prosesser som hele tiden skaper, gjenskaper og omskaper både samfunn og samfunnsmedlemmer.

Objektivering

Berger og Luckmann beskriver hvordan virkeligheten skapes gjennom menneskelig aktivitet. Den blir «virkelig» gjennom menneskelig samhandling, og fremstår på bakgrunn av dette som objektiv. Menneskers evne til å uttrykke og samhandle gjennom tegn er en viktig del av objektivering (Berger og Luckmann, 2015, s. 51). Berger og Luckmann (2015) peker på hvordan objektivering gjennom språket gjør at erfaringer kan læres videre til nye generasjoner (s. 53). Noen tegn forstås ulikt fra kultur til kultur, mens andre tegn har en mer universell betydning. Ifølge Berger og Luckmann er språket vårt viktigste tegnsystem (2015, s.52). Gjennom språket kan mennesker snakke om hendelser som ikke har skjedd her og nå, men som likevel blir en objektiv virkelighet gjennom samhandling. Språket gjør det dermed mulig å dele opplevelser og kunnskap med andre mennesker, selv om de ikke har opplevd det det

snakkes om. En personlig opplevelse blir tilgjengelig for alle, og blir en del av den felles lagrede kunnskapen.

Eksternalisering

Sosial orden er ikke noe som eksisterer fra naturens side. Det eksisterer kun som et resultat av menneskelig aktivitet. Det er ikke mulig å være menneske i et lukket område uten sosialisering. Mennesket har behov for å hele tiden eksternalisere seg gjennom aktivitet (Berger og Luckmann, 2015, s. 68). Alle mennesker spiser eksempelvis mat for å overleve, men i enhver kultur finner man ulike regler, normer og vaner for å innta mat. Variasjon i disse mønstrene, sier noe om at mat er et produkt av menneskets sosiokulturelle dannelser mer enn at det er biologisk bestemt (Berger og Luckmann, 2015, s. 66). Berger og Luckmann (2015) skriver: «Menneskets spesifikke humanitet og sosiale atferd er uløselig knyttet sammen. *Homo sapiens* er alltid, i like stor grad, *homo socius*» (s. 67). Sosial orden er et menneskelig produkt, og er en fortløpende menneskelig produksjon. Sosial orden skapes gjennom at mennesket hele tiden eksternaliserer seg.

Internalisering

Berger og Luckmann skriver at: «All menneskelig aktivitet er underlagt vanedannelse» (2015, s. 69). Alle handlinger som gjentas ofte kan plasseres i et mønster. En vane er en handling som kan utføres igjen på samme måte med like lite anstrengelse som sist. Vanedannelser innsnevrer valgmulighetene til mennesket, og skaper en struktur. Institusjonalisering skjer når flere mennesker gjensidig deler vanemessige handlinger inn i kategorier. Disse kategoriene er en institusjon (Berger og Luckmann, 2015, s. 70). Institusjoner omfavner både handlinger og den som utfører handlinger. Det tar tid å skape en institusjon, og det skjer gjennom en historisk prosess. Alle sosiale situasjoner som løper over tid er en begynnende institusjonalisering, slik som familien. Når mennesker omgås over tid vil gjensidige typeinndelinger oppstå, og disse vil komme til uttrykk i spesifikke atferdsmønstre (Berger og Luckmann, 2015, s. 72).

Når to personer velger å starte en familie, vil deres gjensidige typeinndelinger og institusjonelle verden videreføres til et nytt individ (Berger og Luckmann, 2015, s. 73). Det vil si at alle vaner, typeinndelinger og normer som de to deler med tanke på til mat vil bli en historisk institusjon.

For å fortsette med mat som eksempel, er det slik at mat og måltider og tilhørende vaner, normer og regler blir opplevd som om det har sin egen «virkelighet». En familie kan ha en regel om at det kun skal spises godteri i helgene. For familien som har internalisert dette, vil det virke innlysende og selvsagt. De forstår den verdenen de selv har skapt. Når regelen om godteri overføres til en ny generasjon, vil det styrke foreldrenes virkelighetsfølelse, fordi man til slutt begynner å tro på denne virkeligheten (Berger og Luckmann, 2015, s. 74).

Et eksempel fra eget prosjekt som konkretiserer Berger og Luckmanns dialektiske prosess er Familie K sitt forhold til billigvaremerket Frist Price. Tanken om at First Price har mer salt i matvarene sine enn andre merkevarer som Gilde og Tine, er videreført i alle de tre generasjonene jeg har intervjuet.

Berger og Luckmann er relevante å trekke inn i denne masteravhandlingen fordi de både beskriver hvordan mennesker tilpasser seg, men også hvordan de bidrar og endrer samfunnet. Da jeg har et generasjonsperspektiv på mat og matsvinn er det også interessant å se på hvilke normer, vaner og «spilleregler» knyttet til mat som internaliseres, samt hvordan disse endres over tid.

2.6 Matens sosiologi

De første sosiologene og etnologene som studerte mat, matforbruk og matens sosiale funksjon gjorde dette ved å se på ofring, totemisme og forbudene forbundet med dem. De tidlige studiene av mat ble koblet opp mot religiøs tro, ofring av mat til de døde og kannibalisme (Smith 1989, Frazer 1911). Georg Simmel skrev i 1910 «Soziologie der Mahlzeit», (Måltidets sosiologi), hvor han blant annet tar opp måltidets sosiale verdi, dets sosialisering og alle normer og regler som følger med spising. Behovet for mat og drikke er et grunnleggende fysiologisk behov hos alle mennesker. Da dette er felles for alle, oppstår måltidet som et sosiologisk mønster eller rituale. Mennesker som i utgangspunktet ikke deler noen ting kan finne sammen gjennom et felles måltid (Simmel, 1996, s. 4). Simmel (1996) skriver dette om spising og måltidet: «Det lave har, nettopp fordi det er lavt, hevet seg i høyden til det mer åndelige og meningsfulle. Her mer enn andre steder trer selve meningen ved livsområdet frem ved at det omdanner det mest ubetydelige til noe meningsfylt» (s. 9). Marianne Gullestad skrev i 1984 «Kitchen-Table Society», en doktorgradsavhandling hvor hun studerte et utvalg kvinners liv og deres hverdag. I forbindelse med dette så hun også på måltider og vaner og

rutiner rundt dette; hva de spiste, hvordan de spiste og hvordan maten ble tilberedt (s. 109-111).

Næring kan for mennesker bare inntas i form av mat, som har blitt sosialt konstruert og utviklet, og mat inntas etter sosiale «spilleregler» (Poulain, 2017, s. 1). Når mennesker spiser, handler det ikke bare om å få i seg næring, og dekke fysiologiske behov. Det handler i stor grad om smaksopplevelser, og Beardsworth og Keil (1997) skriver at vi konsumerer symboler og meninger (s. 51-52). Alle matvarer i et menneskes diett har i tillegg til næring, en symbolsk betydning. Synet vårt på en bestemt matvare påvirkes derfor både av hva den betyr for oss i forhold til smak, og varens egenskap til å dekke næringsbehov. Når mennesker spiser, spiser de like mye med sinnet som de gjør med munnen. Mennesker tillegger mat mening, og mat vil ha ulike betydning i forskjellige situasjoner. Det symbolske potensiale til mat og spising er grenseløst, og matvarer og middager eller samlinger kan både være gjennomsyret med mening som er svært viktig, eller det kan være svært lite mening i det. Dette avhenger av hva slags anledning og kontekst det er snakk om. I noen kulturer kan bestemte matvarer og kombinasjoner av mat assosieres med fest og feiring, eller med religion og ritualer. Mat som gaver kan bli ansett som en måte å gi belønning på, eller det kan bli brukt for å vise omsorg eller aksept. Tett knyttet opp mot mat og gaver, finner man mat og hedonisme. Noe mat handler ikke bare om gode smaksopplevelser, men kan anses som symbol for luksus og velbehag (Beardsworth og Keil, 1997, s. 52). Denne type mat kan også føre til skyldfølelse. Derfor kan mat, slik som sjokolade, både føre til velbehag og glede, men også bekymringer rundt helse og det å spise næringsrik mat.

Mat spiller også en rolle i å symbolisere og demonstrere sosiale ulikheter. Bestemte matretter og matvarer assosieres med høy status og overklassen, mens annen mat symboliserer lav sosial klasse og sosial status eller fattigdom. Det er også slik at i mange kulturer finner man mat som er kjønnsladet. Sterk mat «symboliserer» menn, mens svak mat er mer passende for å dekke feminine behov (Beardsworth og Keil, 1997, s. 53). I tillegg til at mat deles inn i maskulint og feminint, kan det også ha blitt tillagt en mening om hvilke aldersgrupper maten passer best for. Det kan handle om at sterk, voksen mat ofte ikke anses som passende for barn, på samme måte som noen matkombinasjoner er mer egnet for barn og deres behov. Mat kan bli brukt til å uttrykke sosial ulikhet, og det kan bli brukt til å uttrykke identitet. Dietten til en fattig familie reflekterer deres økonomiske situasjon (Beardsworth og Keil, 1997).

Sosialisering har en sentral rolle i formingen av identitet og overføringen av kultur fra generasjon til generasjon. Gjennom sosialisering internaliseres normer og verdier i samfunnet, og man lærer hvordan man skal opptre i de sosiale rollene man befinner seg i (Beardsworth og Keil, 1997, s. 54). Prosessen med å sosialisere et menneske inn i «matverdenen» begynner i tidlig barndom. I barndommen introduseres barnet for svært få matvarer i begynnelsen, men ettersom barnet blir eldre, introduseres det for stadig flere matvarer. I disse tidlige årene vil barn lære hvordan man skiller mellom mat og ikke-mat (Beardsworth og Keil, 1997, s. 54). Det er gjennom sine signifikante andre at barn lærer hva som er en passende diett, og hva mennesker og «ikke-mennesker» spiser.

Mennesker spiser seg gjennom livet, og spising skjer i en serie av sosialt bestemte tidsmessige sykluser (Poulain, 2017, s.210-211). I forbindelse med dette presenterer Beardsworth og Keil (1997) begrepet «nutritional career». Dette innebærer at mennesker opplever endringer appetitten, endringer i hvilken mening de tillegger bestemte matvarer eller matretter, eller endringer i hele prosessen å spise mat. Denne «nutritional career» er tett koblet opp mot livssyklus og de ulike livsfasene. Et menneskes matvaner og preferanser endres i takt med alder, kroppslige behov og kulturelle forventninger (Beardsworth og Keil, 1997, s. 56).

Valg som innkjøp, tilberedelse av måltider, inntak av maten og rydding av kjøkkenet er ikke bare individuelle valg, men også knyttet til rutiner og identitet. Dette henger igjen sammen med sosial, økonomisk, institusjonell og politisk mat (Amilien, 2007, s. 63). Når forbrukeren skal planlegge, handle og spise mat oppleves det som egne valg og vaner som er naturlige. Likevel er det slik at maten og dens betydning i høyeste grad hviler på kulturelle normer og kollektive forståelser, og preges direkte og indirekte av politiske, etiske og økonomiske endringer i samfunnet (Amilien, 2007, s. 64).

For «spiseren» som Amilien (2007) betegner det, virker mat og måltid som noe naturlig innenfor sin gitte kontekst, selv om det handler om kulturell konstruksjon. Normene som ligger bak vanene og valgene tas ofte for gitt. En mann svarer at på søndager spiser han kjøttkaker eller koteletter. Statistikken viser at Norges befolkning spiser tradisjonelt på søndager, og mannen passer derfor inn i denne statistikken (Amilien, 2007, s. 65).

Amilien (2007) skriver videre at mat i hverdagen er knyttet til rutine, enkelhet og effektivitet, mens festmat er preget av nytelse, kos og «noe utenom det vanlige». Synet på mat og hva som er «passelig» i ulike situasjoner, er blant annet kulturelt betinget. Sjokolade som pålegg eller

kakao til frokost tilhører det hverdagslige i den franske matkulturen, i motsetning til Norge, hvor dette tilhører festmat (Amilien, 2007, s. 66). Synet på mat påvirkes av situasjon, sted og sosiokulturell status.

2.7 Sosial, økonomisk kapital og kulturell kapital

Pierre Bourdieus teori om habitus og kulturell, sosial og økonomisk kapital vil bidra som kontekstuellt perspektiv i denne mastergradsavhandlingen. I boken “Distinksjonen” analyserer Bourdieu forskjeller i smak mellom ulike klasser, og undersøker hvordan dette er sosialt forankret og påvirker maktrelasjonene i samfunnet. Smaken uttrykkes ulikt når det kommer til kunst, musikk, mat osv. Bourdieu presenterer begrepet habitus, som kan oversettes til smaksmønstre eller atferdsmønstre. Forskjellig smak mellom ulike grupper springer ut fra ulike levekår og hvilken habitus som utvikles på bakgrunn av dette. Habitus skaper felles perspektiver på omverden og på individers selvforståelse, og det er et verktøy for å distansere fra andre grupper. Bourdieu (1995) beskriver habitusbegrepet som følger:

“Til en hver klasse av posisjoner svarer det en type habitus (eller en type smak), som er blitt frambrakt av den sosiale betingelsen som knytter seg til de tilsvarende betingelsene. Og via de ulike formene for habitus og deres evner til å frembringe egenskaper svarer det en systematisk helhet av goder og egenskaper som er forbundet med hverandre ved en stilmessig affinent” (Bourdieu, 1995, s. 36).

De ulike formene for habitus er prinsipper som skaper skiller mellom mennesker, og det oppstår ulik smak som fører til tanker som “jeg er en sånn” mens “mens andre er slik”. Hvilke matvarer en avfallsarbeider handler, hvordan hen spiser og hvordan måltidet organiseres, vil skille seg fra hvordan en toppleders «måltidshabitus» (Bourdieu, 1995, s. 37). Habitus innebærer at mennesker har ulike skjemaer for hvordan man klassifiserer. Dette fører til at mennesker har ulik smak, og to individer vil ha ulik oppfatning av om for eksempel Stabburets makrell i tomat er av god kvalitet eller ikke. Individets habitus påvirkes av de dominerende smaksmønstrene i den sosiale gruppen individet tilhører.

Bourdieu knytter habitus til tre ulike former for kapital: økonomisk, sosial og kulturell kapital. Økonomisk kapital handler hovedsakelig om materielle eller økonomiske ressurser, mens sosial kapital referer til hvilket nettverk man har og hvilke kontakter som er tilgjengelige i dette nettverket. Kulturell kapital handler om hvordan smak tilegnes gjennom sosialisering, og hvordan dette påvirkes av oppvekst og utdanning. Kulturell kapital påvirker hvor en kan

plasseres i smakshierarkiet. “Smak” handler både om evnen til å oppfatte smak, og om evnen til å bedømme den estetiske verdi (Bourdieu, 1995, s. 229). Gjennom blant annet ord kan mennesket uttrykke hvilken plass de inntar i det sosiale rommet.

Gjennom oppvekst og sosialisering lærer mennesker at noe verdsettes høyere, blant annet hva som er god smak og dårlig smak. Fordi mennesker har ulike sosiale bakgrunner og ulike skjemaer, vil grupper verdsette forskjellig gjenstander ulikt ut ifra klasses tilhørighet og deres sosiale, kulturelle og økonomiske kapital. Kriteriene for hva som regnes som bra og ikke vil variere. Gjennom sine studier har Bourdieu (1995) funnet ut at ulike klasser har svært ulike smaker. Smaksmønstrene danner et makthierarki. De høye klassers smak vil være den mest krevende og oppnå. Pierre Bourdieu definerer klasse som en gruppe individer med samme posisjon i det sosiale rommet. I dette rommet kan individene plasseres ettersom hvor mye kulturell, økonomisk eller sosial kapital de har (Bourdieu, 1995). De tre formene for kapital utgjør til sammen individets ressurser og muligheter. Hvilken grad av kapital et menneske har vil påvirke muligheter og valg i livet (Bourdieu, 1995, s. 225).

2.8 Forbrukeratferd

Alle valg forbrukere gjør er en respons på et problem. Problemet man står ovenfor kan variere fra hvilken løk skal jeg kjøpe, til hva vil vi ha å spise i bryllupet vårt. Ut ifra hvor viktig et valg er, vil det variere hvor mye innsats som legges ned i valgprosessen. I noen tilfeller gjøres valg på automatikk, mens i andre situasjoner kan det å ta et valg være hardt arbeid. Forbrukerens valg kan deles inn i tre kategorier: kognitiv, vane og affektiv (Solomon, 2020, s. 336). Kognitive valg er rasjonelle og godt gjennomtenkte. Dette er valg som er tilsiktede og som man ofte bruker en del tid på. Dette kan være valg som hva slags bil skal jeg kjøpe eller hvor skal jeg flytte. Vanemessige valg gjøres ubevisst og automatisk. Affektive valg derimot, er basert på følelser. Slike valg er øyeblikkelige og baserer seg på impulser og lite overveielser.

Valg kan altså tas basert på rasjonalitet, og være nøye gjennomtenkt. I andre situasjoner er det følelser som styrer valget som tas. I dagens forbrukersamfunn er det mange valg, med utallige muligheter, som skal tas i løpet av en dag. Solomon (2020) skriver: «Ironically, for many of us one of our biggest problems is not having too few choices, but rather too many» (s. 337). Det Solomon (2020) beskriver her kalles for “consumer hyperchoice”. Det handler om at

forbrukeren tvinges til å ta mange valg, som tapper en for energi, og som fører til at evnen til å ta gode valg svekkes. Når et valg skal tas, gjør forbrukeren en evaluering på hvor mye kognitivt arbeid som må legges ned for å få jobben gjort. Når det er behov for en gjennomtenkt og rasjonell tilnærming, vil forbrukeren investere kreftene som er nødvendig. Hvis ikke vil hjernen lete etter snarveier, og innarbeidede vaner (Solomon, 2020, s. 338).

Hvilken grad av selvkontroll man har vil påvirke hvilke valg som gjøres. Alle mennesker kjemper en daglig kamp om å kontrollere lyster og ønsker. Det er flere faktorer som påvirker selvkontrollen og hva som gjør at man «overgir» seg eller ikke. Det er både innvendig faktorer som viljestyrke, og utvendige faktorer som gruppepress. En form for selvkontroll er planlegging. Ved å ha en selvreguleringsstrategi kan man på forhånd vite hvordan man ønsker å respondere i en bestemt situasjon (Solomon, 2020, s. 338).

Vaner er en type atferd som er basert på lite eller ingen bevisst innsats, og flere valg som tas i en dagligvarebutikk er så internalisert i rutiner at man ikke er klar over valgene man har tatt før det kastes et blikk i handlevognen. Noen handler ut ifra hva som er enkelt og komfortabelt, mens for andre vil lojalitet veie tyngre. Dersom det er tomt for en vare i butikken, vil den som er lojal til merkevaren legge ned stor innsats for å finne den bestemte varen (Solomon, 2020, s. 355).

Motivasjon henger også tett sammen med hvilke valg vi tar. Motivasjon oppstår når en forbruker ønsker å tilfredsstille et ønske som har oppstått. Behovet skaper en spenning som forbrukeren ønsker å redusere eller eliminere. Det kan være utilitaristisk, som handler om funksjonell eller praktisk nytte, eller det kan være hedonistisk, som handler om å dekke opplevelsesmessige behov (Solomon, 2020, s. 166). Når man gjør spontankjøp er det to ulike prosesser som kan forklare hvorfor man velger slik. Uplanlagte kjøp skjer ofte når kunden er i en ukjent butikk, eller er under tidspress. En annen forklaring kan være at man ser et produkt i butikkhyllen, og husker at det er noe hun/han hadde behov for. Impulskjøp skjer når kunden opplever en plutselig uimotståelig trang (Solomon, 2020, s. 385).

Webley og Nyhus har sammenliknet data fra Nederlandske studier ved å se på ansvarsbevissthet, hvor fremtidsorientert man er og sparing i alderen 16-21 år, og deres foreldre i forhold til disse aspektene. Formålet med studien var å finne ut om hvordan man håndterer økonomi går i generasjoner. Studien viser at foreldres opptreden og verdier har en svak, men klar påvirkning på barnas økonomiske oppførsel, som også påvirker i det voksne liv (Webley og Nyhus, 2005, s. 140). Foreldrenes oppdragelsesstil har påvirkning på barns

forhold til sparing og hvor «flinke» de er med økonomi (s. 144). De skriver at de ser at tilnærming til økonomi arves fra foreldre til barn, men at det er uklart nøyaktig hvordan dette skjer (S. 160).

2.9 Et kjønnsperspektiv på mat og matkultur

Mennesker konstrueres og konstruerer på bakgrunn av tilhørigheten til en kjønnskategori. Kjønn er et vanskelig begrep å definere. Kjønnforskning er et tverrfaglig fagfelt, som har slått rot spesielt innenfor humaniora og samfunnsfagene (Korsvik og Rustad, 2018). I mitt prosjekt er jeg opptatt av betydningen av kjønn. Ordet kjønn kan vise til både biologisk og sosialt kjønn. På 1960-tallet ble det i Norge vanlig å bruke begrepet kjønnsroller for å beskrive sosialt skapte kjønnsforskjeller (Korsvik og Rustad, 2018, s. 6). Sosialt kjønn handler om sosialt og kulturelt skapte normer, verdier og forventninger med tanke på det å være mann eller kvinne, jente eller gutt. I tillegg handler det om hva som er ansett som kvinnelig eller mannlig, feminint eller maskulint. Dette er noe som vil variere over tid, og er forskjellig fra kultur til kultur. Kjønnforskning studerer hvordan synet på kjønn og kjønnsrelasjoner i samfunnet og kulturer blir konstruert, opprettholdt og endret (Korsvik og Rustad, 2018, s. 10). Å anlegge et kjønnsperspektiv på forskning, vil si at kjønn analyseres systematisk gjennom forskningsprosessen, uten at kjønn behøver å være hovedfokuset. Det handler i stor grad om å stille kritiske spørsmål ved stereotypiske forestillinger om kjønn (Korsvik og Rustad, 2018, s. 11). Korsvik og Rustad (2018) peker på at det er gjort en del forskning på mat og forbruk ut fra et kjønnsperspektiv. I alle samfunn finnes det systematiske forskjeller mellom kjønn, og det er store variasjoner fra kultur til kultur hvordan disse forskjellene utspiller seg. Et likhetstrekk i de fleste samfunn er at kvinner som regel har hovedansvaret for tilberedningen av mat. Tall fra WHO (World Health Organization) viser at 90% av alle måltider i verden lages av kvinner. Samtidig er det kvinner som spiser minst, spesielt i vanskelige tider (Korsvik og Rustad, 2018, s. 23). Kjønnforskjeller i forbindelse med forskning på mat handler om kulturelle- og stereotypeforestillinger om kjønn og mat. En blodig biff anses som mer maskulin mat, mens salat er «feminint» (Korsvik og Rustad, 2018, s. 25).

3. Metode

I dette kapittelet vil jeg redegjøre for gjennomføringen av denne undersøkelsen. Hvilke metodiske valg man gjør, vil naturlig nok påvirke oppgaven og resultatene. Jeg har intervjuet tre generasjoner i to familier fra Sørlandet om deres syn på mat og matsvinn. Jeg ønsket å se nærmere på om det er forskjeller mellom generasjonene, men også om det er noen likheter. Det er foretatt separate dybdeintervju med hver av de seks informantene. Alle fikk spørsmål om temaer som handlevaner, måltidsvaner, rester, oppbevaring og matavfall.

Jeg har valgt kvalitativ metode for dette prosjektet, med intervju som metode. Kvalitative metoder har i hovedsak som mål å samle inn data som forsøker å beskrive og forstå menneskers handlinger og meningsskaping i deres naturlige kontekst (Postholm, Jacobsen, 2018). Bakgrunnen for at jeg har valgt kvalitativ metode, er at jeg ønsker å gå i dybden og forstå hvordan informantenes syn på mat og matsvinn har endret seg over tid gjennom tre generasjoner. Prosjektet kunne også blitt gjennomført ved bruk av observasjon i husholdningene, men grunnet oppgavens tidsbegrensning ville dette vært for tidkrevende og Covid-19 har også satt sine begrensninger i forhold til denne metoden. Dersom jeg skulle benyttet kvantitativ metode kunne spørreundersøkelse vært aktuelt. Siden det allerede er utført flere studier knyttet til mat, handlevaner, måltidsvaner og matsvinn hos forbrukeren, har jeg hatt større interesse av å gå i dybden for å få frem generasjonsperspektivet. Dette er det, etter hva jeg har kunnet finne av forskning, gjort lite av. Jeg har derfor valgt dybdeintervjuer av tre generasjoner i to familier som metode.

Jeg har forsøkt å være transparent ved å gi en detaljert beskrivelse av metoden som er anvendt, med den hensikt å redusere feiltolkninger og invitere leseren med inn i forskningsprosessen. Jeg vil gjøre rede for hvordan jeg har gått frem i min undersøkelse. Jeg vil først ta for meg oppgavens vitenskapsteoretiske utgangspunkt. Deretter vil jeg kort si noe om sosiologi som vitenskap for så å begrunne min metodiske tilnærming i oppgaven. Videre kommer jeg inn på intervju som metode, for så å redegjøre for intervjuguiden, utvalg, gjennomføring av undersøkelsen, etikk og personvern, analyse og validitet, reliabilitet og generaliserbarhet.

3.1 Vitenskapsteoretisk utgangspunkt

Denne oppgavens teoretiske utgangspunkt er sosiologiens forskningsområde. Sosiologien studerer fenomener og deres kontekst, sammenhengen rundt disse, og man forsøker å finne felles grunnleggende trekk for det sosiale liv (Repstad, 2007, s.169). Det handler i stor grad om sammenhenger mellom mennesker, og mellom mennesker og samfunnet, altså relasjoner (Repstad, 2007, s.22). Sosiologien har flere ulike perspektiver som kan benyttes for å forstå virkeligheten. Denne masteroppgaven bygger på et sosialkonstruktivistisk perspektiv, som jeg vil beskrive nærmere.

Vitenskapsteoretisk utgangspunkt: Sosialkonstruktivistisk

Det vitenskapsteoretiske utgangspunktet påvirker formuleringen av problemstilling, metodevalg og forskningsprosessen. Vitenskapsteori handler om hvilket ståsted forskeren ser verden fra og hvordan dette ståstedet får implikasjoner for perspektivvalg og tolkning. Dette vil igjen påvirke hva slags kunnskap som innhentes, som vil bestemme hvordan virkeligheten fremtrer, og hvordan jeg oppfatter virkeligheten (Postholm, et. al., 2018, s. 21) Jeg anser det derfor som viktig å redegjøre for mitt vitenskapsteoretiske ståsted.

Et grunnleggende utgangspunkt innenfor de vitenskapsteoretiske modellene er tanken om at virkeligheten eksisterer uavhengig av den som forsker på virkeligheten (Postholm, et.al., 2018) . Det er et skille mellom virkeligheten på en side, og forskeren som skal finne ut noe om virkeligheten på den andre siden.

Denne masteroppgaven plasseres innenfor en sosialkonstruktivistisk kontekst.

Sosialkonstruktivismen legger vekt på vår forståelse av virkeligheten som foranderlig og konstruert gjennom språk. Berger og Luckmann (1992) skriver at virkeligheten er samfunnsskapt, og at det er sosiologiens oppgave å analysere de prosessene der virkeligheten skapes. For å koble dette til eget prosjekt, kan vi si at synet på mat og matsvinn har endret seg over tid. Det påvirkes blant annet av samfunnets utvikling, kultur og verdier. Begrepet «matsvinn» er et eksempel på et relativt nytt begrep i Norge, og det gir oss nye perspektiver og forståelser av mat og matens betydning. Mens man i tidligere tider så på fråtsing som en «dødssynd», er matsvinn koblet til både økonomi, bærekraft og verdier som for eksempel nøysomhet og en miljøbevisst livsstil. Dette forteller oss at kulturelle og språklige endringer vil prege menneskers holdninger når man skal studere sosiale fenomener (Berger og Luckmann 1992). Dette er interessant med tanke på at jeg studerer generasjoners syn på mat og matsvinn og endringer i synet på fenomenet over tid, og eventuelle nye forståelser.

Berger og Luckmann (1992) skriver at det finnes flere «virkeligheter». Det som er virkelig for en kinesisk forretningsmann er ikke nødvendigvis «virkelig» for en norsk universitetsprofessor (Berger og Luckmann, 1992, s.15). Med henblikk på dette, er det derfor viktig å tydeliggjøre hvilke og hvem sine perspektiver på virkeligheten som preger denne oppgaven.

Gjennom intervjuene og fortolkningen av disse har kunnskap blitt konstruert. Denne kunnskapen har jeg, som masterstudent, vært med på å påvirke. Dersom noen andre enn meg hadde gjennomført intervjuene, kunne resultatet blitt annerledes. Jeg tar med meg min bakgrunn og mine «briller» inn i intervjusituasjonen. Mitt utgangspunkt er at jeg har ønsket å formidle informantenes perspektiver på mat og matsvinn, samtidig som jeg har anvendt sosiologiske teorier for å analysere og fortolke materialet. Sosialkonstruktivismens utgangspunkt er som nevnt at verden er konstruert, og jeg er med på å konstruere de fortellingene som fortelles. Derfor vil jeg i kapittelet også fokusere på rollen min som intervjuer og reflektere over hvilke data jeg har fått gjennom denne prosessen (Johannesen, et. al., 2016, s. 35).

3.2 Å studere generasjoner

Denne masteravhandlingen har hentet inspirasjon fra boken «Moderne jenter: tre generasjoner på vei» (Bjerrum Nielsen and Rudberg 2006). Forfatteren ser på opplevelsen av å være ung kvinne i Norge de siste hundre årene. For å belyse dette brukes det et generasjonsperspektiv, hvor forskerne ser på tre generasjoner kvinner rundt om i Norge. Generasjonsperspektivet brukes ofte for å få frem skiller og ulikheter mellom generasjoner (Bjerrum Nilsen og Rudberg, 2006, s. 19). Ulikheter, men også likheter, i sammenheng med synet på mat og matsvinn mellom de tre generasjonene, er noe jeg ønsker å belyse i denne oppgaven. Etter min vurdering vil derfor generasjonsperspektivet være nyttig å bruke. For å få frem hva som påvirker informantenes syn på mat, pris/kvalitet og hvordan de forholder seg til matsvinn, samt likheter og ulikheter mellom de tre generasjonene, har jeg konkludert med at intervju er best egnet. I mitt prosjekt har jeg benyttet semi-strukturerte intervjuer.

3.3 Intervju som metode

Et kvalitativt intervju er bare en av flere varianter av intervjuer. Man kan også gjøre terapeutiske intervjuer, kvantitative strukturerte intervjuer eller etnografiske intervjuer. Det som skiller disse variantene fra hverandre, er hvor de kan plasseres på skalaen av ytterpunktene ustrukturert til strukturert intervju (Ryen, 2006, s. 15).

Et kvalitativt forskningsintervju forsøker å forstå deler av intervjupersonens dagligliv, fra deres perspektiv. Målet er å få frem hvordan de ser og tolker verden (Kvale og Brinkmann, 2015, s. 20). Et intervju går dypere enn hva en spontan hverdagslig samtale gjør. Til forskjell fra samtaler i dagliglivet, har intervju et konkret formål. I kvalitative intervjuer må det være en balanse mellom det å grave i et tema eller fenomen, og samtidig ivareta informantens verdighet. Samtidig er det ikke ønskelig og bare «pirke» i overflaten (Kvale og Brinkmann, 2015, s. 96). Det er derfor avveininger som må gjøres underveis i intervjuet. Kvale og Brinkmann (2015) hevder at kvalitative forskningsintervjuer egner seg godt når meninger, holdninger og erfaringer skal studeres. I min masteroppgave er nettopp dette viktig; Hvilke holdninger har informantene til å kaste mat; Hvilke erfaringer har de med kildesortering? Hvilke holdninger har de til datomerking på matvarer? Informantenes svar vil utgjøre min empiri i denne avhandlingen (Johannessen, Christoffersen og Tufte, 2016, s. 145). Johannessen et.al. (2016) skriver at intervjuer egner seg godt når man ønsker å gi intervjuobjektene større frihet til å uttrykke seg enn hva som er mulig i for eksempel et spørreskjema. Erfaringer og oppfatninger, noe som er interessant i min forskning, kommer bedre frem når intervjupersonene selv kan være med på å styre hva som skal med i intervjuet (Johannessen, et.al., 2016, s. 145). Sosiale fenomener som matsvinn er komplekse, og gjennom intervju blir det mulig å få frem kompleksitet og nyanser.

Retrospektive intervjuer

Når man gjør intervjuer, reflekterer svarene hva informanten føler og mener på et bestemt tidspunkt i en gitt kontekst. I min undersøkelse har jeg benyttet retrospektive intervjuer. Det er knyttet metodiske problemer til retrospektive intervjuer: intervjuer hvor informantene forteller om fortiden (Repstad, 1993, s. 71). Det kan hende informantene lager historier som ikke stemmer overens med virkeligheten, fordi mennesker ikke alltid husker like godt. Mennesker utvikler seg og lærer nye begreper, derfor vil måten man beskriver oppveksten på i dag være annerledes enn når man stod midt i oppveksten.

En utfordring med retrospektive intervjuer er at fortiden forklares gjennom en bevissthet og begreper som ikke personen hadde da fortiden utspilte seg. Dette kan forstyrre autentiske bilder av stemninger og opplevelser fra fortiden. Disse mulighetene for endringsforskyvninger har det vært viktig for meg å være bevisst over (Repstad, 1993, s. 73). Repstad (1993) skriver at en løsning på utfordringene med retrospektive intervjuer kan være å følge informantene over lenger tid. Med tanke på tidsrammen jeg har hatt til disposisjon for denne masteravhandlingen, har ikke dette vært mulig.

Noen av temaene og spørsmålene i intervjuguiden konsentrerte seg om nylige hendelser, og handlet om deres liv i dag. Mens en del spørsmål tok for seg hvordan situasjonen var i deres oppvekst, og dette ikke sitter like friskt i minnet. Noe som kan være med på å styrke troverdigheten til hva informantene forteller, er at de gjentar hverandre i sine utsagn. Etter at jeg gikk igjennom svarene og kategoriserte intervjuene, var det tydelig samsvar mellom hva informantene svarte på flere av spørsmålene. I Familie K snakket Kathrine (mor) en del om fryseren sin og at det var så mye i den. Dette var også noe Kristoffer (sønn) tok opp, at det er mye mat i fryseren til moren. Videre snakket Kathrine (mor) om at hun er «god» på å lage mye mat, slik at det blir rester. Dette nevnte også Kristoffer (sønn), hvor han sa at han føler moren og faren alltid har masse rester i kjøleskapet. I Familie T fant jeg også likheter mellom generasjonenes svar. Thomas (sønn) forklarte at moren stopper innom mange butikker for å få med seg tilbud, noe Trine (mor) selv fortalte om når jeg snakket med henne om handlevaner.

3.4 Intervjuguiden

Intervjuguiden (vedlegg 1) i dette prosjektet er inspirert av SIFO sin fagrapport fra 2017 «Maten vi kaster - En studie av årsaker til og tiltak mot matsvinn i norske husholdninger» (Hebrok and Heidenstrøm 2017). Denne rapporten har blitt brukt som inspirasjon til både metode og intervjuguide. Hebrok og Heidenstrøm (2017) ser på matsvinn i husholdninger i Norge, men med et annet utgangspunkt og perspektiv enn hva jeg har valgt i denne masteravhandlingen.

Jeg har valgt en semistrukturert intervjuguide fordi en slik utforming gir tilgang på beskrivelser om intervjuobjektens verden (Kvale og Brinkmann, 2015). Jeg kunne også valg en strukturert intervjuguide, men det ville gitt mindre åpenhet for at informantene kunne snakke om, reflektere og dele erfaringer omkring de ulike temaene. Jeg ønsker at intervjuene

skulle gi rom for åpenhet og noe spontanitet, slik at informantene kunne snakke om det de forbinder med spørsmålene jeg stilte.

Et kvalitativt intervju kan plasseres på en skala fra ustrukturert til strukturert intervju med faste svaralternativer (Johannessen, et.al., 2016, s. 147). Intervjuguiden i denne masteroppgaven kan plasseres mellom semistrukturert og strukturert. I noen deler av intervjuene ble intervjuguiden fulgt til punkt og prikke, mens andre ganger beveget jeg meg frem og tilbake mellom temaer. Etter å ha gjennomført flere intervjuer ble jeg mer trygg i rollen som intervjuer, og jeg var ikke like låst til intervjuguiden. Intervjuguiden sikret at alle informantene var innom samme tematikk. Kategorier var: handlevaner, oppbevaring av mat, måltidsvaner, rester og matavfall, og hvor hver kategori hadde tilhørende spørsmål. Noen spørsmål ble ikke aktuelt å stille i alle intervjuene, da informantene selv kom inn på det jeg ønsket å spørre om. Årsaken til at informantene fikk mange like spørsmål og oppfølgingsspørsmål var både at jeg var ny som intervjuer, og at det var en trygghet. Da jeg var helt ny i rollen som intervjuer, følte jeg det som en trygghet å ha utarbeidet en semi-strukturert intervjuguide. Denne sikret at informantene fikk spørsmål innenfor de samme temaene. Ved å stille mange like spørsmål, ble det mulig å sammenlikne svar på tvers av generasjoner og de to familiene (Johannessen, et.al., 2016, s. 148).

3.5 Utvalg og rekruttering av informanter

Jeg har valgt å lage en tabell med informantprofiler for å skape en oversikt over de personene som ble intervjuet. Dette er gjort som et pedagogisk hjelpemiddel for å skille informantene fra hverandre. De har delt personlige historier og fortellinger fra sine liv. Jeg ønsker derfor å knytte disse historiene til fiktive navn, noe som gjør historiene i mine øyne, mer leservennlige. Dette sikrer også de intervjuedes anonymitet.

Familie K

Karen, 80

- Ikke utdannet
- Enke
- Bor alene
- Tre barn

Kathrine, 54

- Jobber innen finans
- Gift
- Tre barn

Kristoffer, 29

- Utdannet pedagog
- Gift
- Venter barn

Turid, 79

- Ikke utdannet
- Enke
- Bor alene
- To barn

Familie T

Trine, 55

- Jobber som pedagog
- Gift
- Tre barn

Thomas, 24

- Student
- Bor alene
- Jobber som vikar

Tabell 1: Oversikt Familie K

Tabell 2: Oversikt Familie T

Rekrutteringen av informanter foregikk gjennom mitt nettverk på Sørlandet og Østlandet i perioden desember 2020 til januar 2021. Seks av åtte aktuelle familier svarte nei. Av de to familiene som er intervjuet, svarte den ene familien umiddelbart ja, mens den andre meldte seg på etter en uke. Metoden som ble brukt for å rekruttere informanter kan plasseres under kategorien snøballmetoden (Jacobsen, 2015, s. 182-183). Denne metoden brukes ofte ved at man begynner med et lite utvalg, som vokser gradvis ved at man får tips til nye informanter gjennom det Tjora (2012) kaller førstekontakter (s. 151). I første omgang kontaktet jeg aktuelle informanter per telefon. Dette var bekjente i mitt sosiale nettverk som passet til kriteriene for å delta som informant. Det at de var bekjente hadde potensiale til å øke sannsynligheten for samtykke til intervju.

Den ene familien i undersøkelsen ble rekruttert ved at jeg kontaktet Thomas i Familie T, en bekjent av meg, per telefon. Han forhørte seg dermed med sin familie om de kunne tenke seg å delta, noe de ønsket. All kommunikasjon frem til intervjuene gikk gjennom min bekjent. I familie K kontaktet jeg datteren i familien, min venninne, og hun forhørte seg med sin bror, mor og bestemor. Etter å ha fått bekreftet at de to familiene ønsket å delta, fikk de tilsendt et informasjonsskriv. Brevet inneholdt en beskrivelse av masteroppgaven, årsaken til at de hadde blitt kontaktet og litt om deres rettigheter som informanter. Tidspunkt for gjennomføring av intervju ble deretter avtalt per telefon.

Når det kommer til utvelgelse av intervjupersoner til et prosjekt må man stille seg spørsmålet om hvor mange personer og hva slags mennesker det er ønskelig å snakke med for å få kunnskap om fenomenet som skal undersøkes. Antall informanter som er nødvendig i et kvalitativt intervju vil variere ut ifra forskningens formål (Kvale og Brinkmann, 2015, s. 148). I dette prosjektet har målet vært å få innsikt i et fenomen, gå i dybden på dette temaet, se om det er likheter/ulikheter og om det eventuelt har vært utvikling over tid i de to familiene. Det har derfor ikke vært et mål å ha et sort utvalg av informanter, men heller færre slik at det var mulig å gjøre en dyptgående analyse av intervjuene. Hadde tidsrammene vært annerledes og covid-19 pandemien ikke hadde lagt føringer for undersøkelsen, ville det vært gunstig å intervju noen flere familier enn de to jeg har snakket med. Dette kunne gitt enda større innsikt i synet på mat og matsvinn, og hvordan det har endret seg over tid. Kvale og Brinkmann (2015, s. 148) skriver at det i nyere tid har vist seg å være mer gunstig å ha færre informanter, og heller bruke god tid på å forberede intervjuene og analysere. Dette er noe jeg har forsøkt å etterstrebe i denne oppgaven. Jeg brukte lang tid på å utforme intervjuguiden, og

fikk konstruktive tilbakemeldinger fra min veileder og medstudenter. I tillegg ble det gjort to testintervjuer, som ga innblikk i hvor det var forbedringspotensialet i både intervjuguide og i min intervjuerrolle.

Det første jeg måtte ta stilling til da jeg skulle gjennomføre undersøkelsen, var hvem jeg skulle intervjuer. Utvalget var allerede noe avgrenset av problemstillingen; «tre generasjoner». Dette skulle være tre generasjoner innad i en familie. I tillegg ønsket jeg at familiene skulle være relativt «like» med tanke på bakgrunn, slik at det kunne være mulig å sammenlikne de to familiene. Begge familiene kan sies å tilhøre middelklassen, og de er også fra samme geografiske område. Likevel fremstår de ganske ulike med tanke på deres økonomiske kapital (Bourdieu, 1995). Et annet kriterium var at den yngste generasjonen av informanter skulle ha flyttet hjemmefra, slik at de hadde erfaring med blant annet mat, matlagning, handling, rester og matsvinn. I tillegg til dette, ble utvalget bestemt på bakgrunn av hva som var praktisk gjennomførbart innenfor tids- og kostnadsrammene til en 30 studiepoengs masteravhandling.

Det har vært noe utfordrende å rekruttere informanter til dette masterprosjektet. Dette skyldes flere faktorer, blant annet det faktum at jeg ikke har et forskernettverk. I tillegg har covid-19 pandemien skapt noen hindre. Det var flere tilfeller der to generasjoner ønsket å delta, mens en generasjon svarte nei. Et annet scenario var at besteforeldrene hadde helseutfordringer, og var dermed ikke i stand til å bli intervjuet. Covid-19 pandemien kan også ha hatt en innvirkning på de aktuelle informantenes ønske om å delta i intervjuene på grunn av fare for smitte. For min del la det føringer for hvor i landet det var aktuelt å hente informanter fra. Det var ønskelig å gjennomføre intervjuene ansikt til ansikt, og det var større sannsynlighet for å få til dette ved å avgrense søkeområdet til Sørlandet, da det var mindre sannsynlighet for reiserestriksjoner.

3.6 Gjennomføring av undersøkelsen

Alle intervjuene ble gjennomført i løpet av to helger i slutten av januar/begynnelsen av februar 2021. Familie K ble intervjuet over FaceTime. Det var i utgangspunktet, som tidligere nevnt, et ønske å gjøre alle intervjuene ansikt-til-ansikt, men grunnet Covid-19 var ikke dette mulig. Når Familie T skulle intervjues var det imidlertid mulig å gjennomføre intervjuene ansikt-til-ansikt. Til sammen intervjuet jeg seks informanter, og hvert intervju varte fra 40 minutter til rett over en time.

De to testintervjuene jeg gjennomførte gav et innblikk i hvor lang tid intervjuene ville ta, i tillegg fikk jeg følt på rollen som intervjuer. Etter testintervjuene ble det tydelig at det var nødvendig med noen småjusteringer i forhold til rekkefølgen på spørsmålene i intervjuguiden. I tillegg la jeg til noen spørsmål som gikk på informantenes kunnskap om mat og matsvinn. Før vi startet intervjuene, gjentok jeg en del av det som var forklart i det tilsendte informasjonsskrivet (Vedlegg 2). Blant annet snakket vi om deres rettigheter, formålet med intervjuene og jeg forklarte litt rundt båndopptakeren og behandling av lydopptakene. Jeg informerte også deltakerne om at det kunne hende jeg noterte litt underveis og hvorfor jeg eventuelt gjorde dette, slik at det ikke skulle bli et forstyrrende moment for deltakerne (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 133). Jeg opplevde at flere av informantene var spente før intervjuet skulle starte. Flere uttrykte at de håpet de klarte å svare på spørsmålene, hvorpå jeg forsikret dem om at det ikke var noen riktige eller feil svar.

Familie K

Familie K ble som nevnt intervjuet via videosamtale (FaceTime), og intervjuene ble gjort i løpet av en helg. Jeg satt hjemme ved mitt stuebord, mens informantene satt hjemme ved sitt kjøkkenbord. Jeg merket at jeg var noe nervøs, og jeg følte at det første intervjuet gikk litt trått. Etter det første intervjuet, hadde jeg to dager før de to neste familiemedlemmene sto for tur. Jeg fikk derfor god tid til å reflektere, og jeg kom frem til at jeg kunne la informantene bruke enda lenger tid på å svare på spørsmål, og at jeg kunne stille flere oppfølgingsspørsmål. En positiv side ved intervju via FaceTime var at informantene selv kunne bestemme hvor de ønsket å være under intervjuet, og de kunne heller ikke se diktafonen. Dette kan ha hatt en positiv innvirkning, og bidratt til en trygghetsfølelse.

Opplevelsen jeg satt igjen med etter at intervjuene med «Familie K» var gjennomført, var at det var vanskelig å gjøre gode intervjuer over FaceTime. Jeg fikk erfare det Kvale og Brinkmann (2015) skriver om intervju «Det kan virke som en enkel metode, men det kreves mye kunnskaper og erfaring for å få til gode intervjuer» (s. 34). Dette ble enda tydeligere da jeg hadde gjennomført intervjuer med Familie T. Med fysiske tilstedeværelse under intervjuet ble det en helt annen kontakt med informantene. Det ble mer levende, og jeg fikk et annet bilde av kroppsspråk og omgivelsene rundt. Via telefon ble det i større grad utfordrende å få med seg detaljer om det som skjedde rundt. Det var vanskeligere å kjenne på en flyt og god kjemi som jeg opplevde i de fysiske intervjuene. Intervjuene av Familie K hadde en setting som gjorde det vanskeligere å skape en naturlig og avslappet samtale, enn det som var mulig i intervjuene av Familie T. Det ble ikke like lett for meg å bruke tid på small-talk før intervjuet startet. Dette kan også ha handlet om at intervju via videosamtale ofte kan oppleves mer formelt (Tjora, 2012, s. 141). Med Familie T var det et annet spillerom for løs og avslappet prat før vi gikk i gang med undersøkelsen. Med en informant snakket jeg blant annet litt om klær og det å være kreativ i forkant av intervjuet. Personlig opplevde jeg at telefonen skapte en viss avstand mellom meg som intervjuer og informantene, fordi man ikke er i samme rom og kan se alt av kroppsspråk og omgivelser.

Familie T

Intervjuene av Familie T ble gjort i løpet av en dag. Dette gjorde at jeg fikk lite tid til å reflektere i etterkant av hvert intervju. Refleksjonene skrev jeg derimot ned rett etter at alle var ferdig intervjuet. De tre intervjuene ble gjort hjemme hos Thomas, som representerer tredje generasjon i Familie T. Dette kan ha vært en fordel, da informantene var på et sted de kjente til. Det var en avslappet stemning, og alle tre informantene hadde mye engasjement i flere av temaene vi var inne på. Thomas ble intervjuet først. I løpet av intervjuet stoppet jeg opp en gang for at informanten skulle lage seg litt mat. Bestemor og moren i familien kom etter at det første intervjuet var ferdig. Jeg intervjuet deretter moren, mens bestemoren satt i sofaen ved siden av gjennom hele intervjuet. I mine øyne fungerte det fint, og det ble en god samtale mellom oss alle tre på et tidspunkt, hvor de begge fortalte om sine erfaringer rundt temaet vi snakket om. Men det at begge var til stedet under intervjuet av moren, kan også ha påvirket i negativ forstand. Det er ikke sikkert informanten opplevde situasjonen like positiv som meg. Bestemoren ble intervjuet sist. Hun var noe nervøs i begynnelsen, men etter hvert virket det som hun følte seg mer trygg. Etter intervjuet var jeg med å kjøre henne hjem, og

hun viste meg rundt i huset sitt. Jeg fikk også med meg hjemmelaget syltetøy, og hun ønsket at jeg skulle få smake på en pizzabolle hun hadde bakt.

Generelle observasjoner

I intervju med bestemødrene, Karen og Turid, la jeg merke til at de svarte generelt mindre utfyllende enn de to yngre generasjonene. Kanskje kan dette ha sammenheng med noe av det Nagar-Ron og Motzafi-Haller (2011) skriver om i sin artikkel fra 2011, som handler om intervjuer gjort med kvinnelige førstegenerasjons immigranter i Israel. Informantene i intervjuene ble bedt om å fortelle om seg selv, og responsen til kvinnene var ofte: Livet mitt, hva skal jeg fortelle? Det er ikke mye å fortelle. Nagar-Ron og Motzafi-Haller (2011) skriver om en av informantene «Ravika lacks the language, the model that can make her life events communicable, meaningful to her listeners» (s. 655). Videre argumenterer de for «forteller-malene» som er tilgjengelige for kvinner når de skal fortelle deres livshistorie er mye mer begrenset enn de som er tilgjengelige og blir brukt av menn. Dette kan påvirke hvordan kvinner forteller sine historier, og at de ikke er like sammenhengende. Det kan være en mulighet at Karen og Turid ikke er vant til å fortelle om seg selv og hvem de er, og at de ikke helt klarte å finne en måte å fortelle det de ønsket å si. Når de snakket om oppvekst derimot, gav de mer utfyllende svar. Dette kan handle om at dette er noe de er mer vant til å fortelle om, og at «forteller- malene» som er tilgjengelig passer disse historiene bedre.

I intervjusituasjonen, både via videosamtale og ansikt-til-ansikt, virket det som at informantene glemte at diktafonen var til stedet og tok opp intervjuet. De snakket i vei, og for de tre ansikt-til-ansikt-intervjuene kikket de lite eller ingenting på båndopptakeren. Det var ingen av intervjuobjektene som hadde noen innvendinger mot at jeg brukte båndopptaker. Når intervjuene var gjennomført hadde informantene ulike kommentarer som; «Dette gikk jo fint!» «Dette var jo så gøy!». Etter hvert intervju tok jeg en kort oppsummering av hvilke temaer vi hadde vært gjennom og ga de muligheten til å legge til noe, hvorpå ingen følte de hadde noe de ønsket å tilføy.

3.7 Studiens validitet, reliabilitet og overførbarhet

En viktig del av enhver forskningsprosess er å gjøre en kritisk vurdering av studiens fremgangsmåte og empiri. Det er derfor relevant å drøfte forskningens validitet, reliabilitet og overførbarhet.

Validitet

For å vurdere om empirien som presenteres er sann, er det snakk om *validitet* eller indre gyldighet. Gyldighet handler om man undersøker det man har til hensikt å undersøke.

Aktuelle spørsmål i denne sammenheng er: Gir empirien svar på problemstillingen? Er det godt nok grunnlag i dataene for konklusjonene som trekkes? (Jacobsn, 2015, s. 17).

Utfordringen med intervju er at det ikke kan si noe om hvordan deltakerne opptrer utenfor intervjuet (Anker, 2020, s. 37). Hvordan deltakerne beskriver det de gjør, trenger ikke samsvare med hva de faktisk gjør. I tillegg vil informantene stille seg selv i et godt lys. Dette kan ha vært en utfordring i dette prosjektet med tanke på mat, matvaner og matsvinn, da mange vil forsøke å stille seg selv i et godt lys når det kommer til dette temaet. Det var derfor viktig fra min side å påpeke at jeg ikke skulle vurdere deltakerne, kun innhente informasjon og forsøke å forstå sammenhenger. Jeg fokuserte også på at det ikke var noen riktige eller feil svar på spørsmålene. Alle informantene i prosjektet hadde kjennskap til mat og det å kaste mat. Dette gjør at de kunne snakke om egne erfaringer og opplevelser, da dette er et fenomen de hadde nærhet til. Noen av beskrivelsene kunne ses i sammenheng, og til en viss grad kontrolleres ved at informantene innad i en familie, gjennom det de snakket om i intervju, kunne avkrefte eller bekrefte det de andre generasjonene snakket om. Mange av funnene i prosjektet samsvarer også med tidligere forskning gjort på forbrukere og matsvinn.

Reliabilitet

Det neste temaet som bør redegjøres for, handler om hvorvidt svarene er pålitelige, også kalt *Reliabilitet*. Dette dreier om hvordan undersøkelsen og forskeren kan ha påvirket resultatet (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 224). Jeg har benyttet båndopptaker under intervjuene, noe som kan ha vært med på å øke resultatenes pålitelighet ved at man får en nøyaktig beskrivelse av det informantene sa. Dermed påvirkes det ikke av min begrensede menneskelige hukommelse (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 228). For å vurdere forskningens pålitelighet, er det flere aspekter som er viktige å reflektere over. Det første jeg vil se på er det som omhandler forskeren. Som butikkmedarbeider fra Meny og en matlagingsentusiast, har det

vært viktig for meg å reflektere over at det kan finnes blindsoner jeg ikke er klar over, når mat og matsvinn er det jeg undersøker. Det kan være ulemper med dette, men det kan også være fordeler (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 225). Gjennom min deltidsjobb får jeg innsikt i faktorer som folks handlevaner, hvem bruker handleliste og hvem bruker ikke, er økologiske matvarer viktige og sunn mat generelt mer attraktivt? Ulempen med min bakgrunn kan være at dette har farget undersøkelsen og resultatene jeg står igjen med. Jeg har imidlertid forsøkt å tilnærme meg prosjektet og informantene med et åpent sinn og se fenomenet fra ulike perspektiver. I intervjuguiden har jeg jobbet mye med å ikke stille ledende spørsmål, men at de er åpne og nøytrale. I analysedelen har målet vært å få frem informantenes virkelighet.

Flere av deltakerne visste hvem jeg var, mens andre hadde jeg ingen kjennskap til. En informant var en tidligere studiekamerat. Igjen er dette faktorer som kan ha både fordeler og ulemper. Det er mulig at deltakerne jeg hadde kjennskap til følte på et press til å delta i undersøkelsen. En annen ulempe kan være at deltakerne som visste hvem jeg var fra tidligere, kan ha holdt tilbake informasjon de ville delt med en annen forsker. Noen kan ha overdrevet sine svar, mens andre kan ha begrenset det de ønsket å si. Kanskje hadde annen informasjon kommet frem dersom de følte seg mer anonyme. Jeg kan ikke finne noe i mine data som tyder på at informantene har holdt tilbake informasjon, men det kan likevel ikke utelukkes. I intervjusituasjoner kan det oppstå et skjevt maktforhold mellom intervjuer og intervjuobjekt. Dette opplevde jeg ikke utspilte seg i mitt prosjekt. Kanskje hadde det sammenheng med at jeg er student, og ikke en forsker. I de intervjuene jeg hadde kjennskap til informanten, kan dette også ha vært med på å gjøre situasjonen mer komfortabel. Uavhengig av min relasjon til de intervjuede var jeg ekstra bevisst på å beholde en profesjonell rolle som «forsker». Det kan også diskuteres hva de som ikke ønsket å stille til intervju kunne bidratt med av kunnskap relatert til min problemstilling. Det er mulig at noen perspektiver har blitt utelatt fordi det var vanskelig å rekruttere flere informanter (Tjora, 2012, s. 148).

Et annet aspekt som Postholm og Jacobsen (2018, s. 226) påpeker i forbindelse med vurdering av studiers pålitelighet er kontekst. Grunnet Covid-19 ble halvparten av informantene intervjuet per videosamtale (FaceTime). Dette gjorde at konteksten ble noe annerledes enn ønsket. I alle de tre Facetime-intervjuene var det personer til stedet i bakgrunnen. Dette kan ha påvirket informantenes svar. Likevel var det lite eller ingen forstyrrelser fra menneskene i bakgrunnen som jeg registrerte. Informantene hadde på forhånd forklarte at de hadde gitt beskjed om at de skulle intervjues.

Overførbarhet

Overførbarhet eller *generalisering*, handler om i hvilken grad mine funn kan overføres til andre kontekster (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 238). Postholm og Jacobsen (2018, s. 223) kaller dette for ytre validitet. Mitt prosjekt, en studie med såpass begrenset omfang, har ikke en slik ytre gyldighet til at det kan generaliseres. Materialet er for lite til dette. Postholm og Jacobsen (2018, s. 238) skriver om naturalistisk generalisering, som innebærer at leseren opplever det hen leser som gjenkjennbart og overfører dette til egen setting. Dette kan gjøre at teksten blir nyttig for leseren. For å oppnå naturalistisk generalisering har jeg benyttet mye sitater, og forsøkt å skrive slik at leseren føler seg «invitert» inn i forskningsprosessen. Jeg har valgt å inkludere tidligere større undersøkelser i drøfting av empirien, noe som er med på å sette mine funn inn i en bredere kontekst (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 226). For å øke prosjektets overførbarhet kunne antall informanter vært større, og de kunne vært fordelt på flere landsdeler. Dette kunne åpnet opp for å sammenlikne materialet på bakgrunn av faktorer som bosted og kulturell bakgrunn.

En eller annen form for generalisering er et mål innenfor det meste av samfunnsforskning. Tjora (2017) presenterer en strategi for generalisering kalt konseptuell generalisering. Dette handler om å utvikle et konsept, en teori eller en typologi som kan ha relevans for andre studier. Tidligere forskning og funn brukes til å støtte opp under empirien og funn i den aktuelle forskningen (Tjora, 2012, s. 215). Med en stegvis-deduktiv induktiv tilnærming er målet konseptuell generalisering. Tjora (2017) skriver om stegvis- deduktiv induktiv tilnærming: «Man sikter mot å utvikle og fremstille funn i form av typologier, modeller, begreper eller metaforer som ikke er avgrenset til kun den empirien eller den casen som er undersøkt» (s. 4). Ved å utvikle et begrep eller liknende, kan andre forskere benytte begrepet i andre sammenhenger, noe som kan underbygge gyldighet og generaliserbarhet i større grad. Ved å generalisere på denne måten, løfter man blikket og forsøker å se dataene litt på avstand, og se på: hva handler dette egentlig om? Er det noen begreper som rommer sentrale funn? En slik konseptuell generalisering vil kunne være mulig i dette prosjektet. I mitt prosjekt har jeg på bakgrunn av empirien utviklet begrepet «generasjonsdialektikk». Jeg vil komme tilbake til dette begrepet i den avsluttende drøftingen (kapittel 5).

3.8 Rollen som intervjuer

Som forsker er det ønskelig å påvirke data minst mulig. Men kunnskap skapes i intervjusituasjonen, noe forskeren er en del av. Det er derfor ikke mulig å komme unna at forskeren vil påvirke kunnskapskonstruksjonen som skjer. Jeg ønsker derfor å reflektere rundt hvordan jeg kan ha påvirket intervjusituasjonen og datamaterialet.

Under intervjukonteksten skal intervjueren ha en nøytral rolle, og et profesjonelt, men vennlig forhold til informanten. Det er viktig å bygge opp en viss tillit mellom intervjuer og intervjuobjekt. Dette gjør at informantene føler seg trygge til å kunne dele informasjon og kunnskap. Ryen (2002) skriver at tillitt og intervjuereffekt henger tett sammen, og at utseende og klær kan påvirke intervjusituasjonen. Det kan være lurt å forsøke å tilpasse seg gruppen informantene assosierer seg med og kulturen intervjuet skal foregå innenfor (Ryen, 2002, s. 117). I intervjuene som ble gjort ansikt-til-ansikt var noe av de første tingene Trine (mor) i Familie T sa var at: «nei, vi har jo på rødt begge to, så gøy, vi er jo like». Vi snakket litt om klær og at begge var glad i sterke farger. Dette kan ha vært med på å skape en form for tillit under intervjusituasjonen. Det kan likevel diskuteres hvor enkelt det er å skape tillit mellom intervjuer og intervjuobjekt over en så begrenset tidsperiode. Intervjuer og informant er ikke likestilte i en intervjusituasjon. Det vil være et asymmetrisk maktforhold mellom partene, hvor intervjueren har en styrende rolle i forhold til hvilke temaer som skal snakkes om (Kvale og Brinkmann, 2015, s. 51-52). Dersom intervjuer tar for mye «plass» i intervjusituasjonen, kan dette medføre at informantene holder tilbake på spørsmål. Jeg forsøkte å la informantene snakke, og ikke «legge» ord i munnen på dem. Og når Trine (mor) og Turid (bestemor) snakket sammen og diskuterte litt, var jeg kun lyttende og brøt ikke inn i samtalen. Jeg var helt ny i rollen som intervjuer da jeg startet med masteravhandlingen, og dette har vært nyttig erfaring og ny kunnskap. Da jeg tok fatt på analysen, ble det tydelig at jeg utviklet meg i rollen som intervjuer i løpet av prosessen. Jeg så en utvikling i min evne til å stille oppfølgingsspørsmål, som gjorde at jeg etter hvert klarte å følge opp spennende temaer informantene tok opp. Videre tillot jeg lenger pauser med stillhet, for at informantene skulle få tid til å tenke og jeg var ikke like låst til intervjuguiden. At jeg er ny i forskerrollen og har lite erfaring med å gjøre intervjuer, er en svakhet med datamaterialet mitt. Jeg har likevel valgt å inkludere alle intervjuer, da jeg har vurdert at svarene er dekkende, gode og utfyllende nok.

3.9 Etiske refleksjoner

Etiske spørsmål er spesielt aktuelle i samfunnsforskning fordi denne forskningen berører enkeltmennesker og forhold mellom mennesker direkte (Johannessen, et.al., 2016, s. 83). Gjennom mitt prosjekt ville jeg komme til å besitte personopplysninger. For å kunne gjennomføre intervjuene ville jeg trenge tilgang på personenes navn, e-post, telefonnummer og bosted da intervjuene skulle gjennomføres hjemme hos intervjuobjektene. For å kunne gå i dybden i intervjuene, ønsket jeg også å bruke båndopptaker. Personopplysningsloven stiller krav til at den som behandler personopplysninger skal gjøre dette varsomt. På NSD sine hjemmesider står det at: «Personopplysninger er enhver opplysning som kan knyttes til en person» (NSD, 2020). All forskning som innebærer behandling av personopplysninger, skal meldes til NSD, og det skal være informert samtykke. Kravet om informert samtykke er forankret i personopplysningsloven. Samtykke skal gis uten at informantene opplever press, det skal være et fritt valg å delta eller ikke. At samtykke er informert, vil si at forskeren har gitt aktuelle informanter nok informasjon om hva det vil si å delta i forskningsprosjektet (NESH, 2016).

På bakgrunn av dette var prosjektet meldepliktig til NSD. I søknaden til NSD var intervjuguiden (Vedlegg 1) og samtykkeerklæring vedlagt. Samtykkeerklæringen (Vedlegg 2) ble utarbeidet med utgangspunkt i NSD sin mal, som jeg tilpasset mitt forskningsprosjekt. Prosjektet ble raskt godkjent hos NSD (Vedlegg 3). Når søknaden var godkjent, kunne innhenting av data begynne.

Selv om NSD hadde godkjent prosjektet, var det mitt ansvar å ivareta informantene og deres interesser. Tre viktige etiske retningslinjer som jeg tok i betraktning var informert samtykke, krav til privatliv og krav til riktig presentasjon av data (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 251). Før intervjuene ble foretatt fikk alle informantene tilsendt samtykkeerklæringen (Vedlegg 2). Skjemat innholdet informasjon om masteroppgaven og deres rettigheter i prosjektet. Dette følger en av flere viktige etiske retningslinjer: informert samtykke. For å skape tillitt til informantene, gikk jeg gjennom deler av samtykkeerklæringen med informantene før intervjuene. Jeg gjentok at det er frivillig å delta, at de kan velge å ikke svare på alle spørsmål og at de når som helst kunne avbryte intervjuet. Jeg understreket også at de vil være helt anonyme i masteravhandlingen, og at deres identitet ikke ville bli synliggjort. Alle intervjuobjektene skrev under på samtykkeerklæringen før vi gjennomførte intervjuene. De

ble også informert om at diktafonen jeg skulle benytte ville bli oppbevart i et låsbart skap, og at lydfilene med intervju ville bli slettet når oppgaven ble levert.

For å bevare informantenes anonymitet, har jeg gjennomgående i oppgaven benyttet fiktive navn. Jeg har gjort ulike tiltak for å anonymisere det datamaterialet som presenteres. Jeg valgte ikke å skrive sitatene på informantenes dialekt i fare for at dette kan identifisere hvilken by de kommer fra. Sitater som kunne vært aktuelle å benytte i analysen, men som oppgir personidentifiserende informasjon har blitt slettet. Jeg har også enkelte steder brukt lav detaljeringsgrad for å unngå gjenkjennelse av intervjuobjekter (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 251). På tross av disse grepene var prosjektet meldepliktig, da jeg ville besitte personopplysninger. Forskeren har et ansvar for å ikke sette informantene i et dårlig lys, og bør fjerne all tekst i avhandlingen som kan skade deltakerne. Dette betyr at man i noen tilfeller må la være å benytte noen av funnene (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 251). Dette har ikke vært tilfelle i mitt prosjekt. Det har ikke, etter min mening, kommet frem sensitiv informasjon som kan skade informantene. Postholm og Jacobsen (2018, s. 251-252) skriver at et mål som skal etterstrebes er å gjengi resultater fullstendig og i riktig sammenheng. For å prøve å ivareta dette kravet, har intervjuene blitt transkribert så ordrett som mulig. Jeg har også forsøkt å ikke ta sitatene som brukes i oppgaven ut av kontekst, men heller få frem et så «autentisk» bilde som mulig av informantene.

Snøballmetoden kan by på noen etiske utfordringer med tanke på at informanter «angir» hverandre. Eksisterende deltakere kan gi opplysninger om aktuelle deltakere, kanskje uten at disse ønsker det (Tjora 2012). Det opplevdes likevel ikke som at informantene ble skadet eller påvirket negativt av denne metoden.

3.10 Analyse av materialet

Analysen av datamaterialet har vært en lang prosess som startet allerede ved transkribering av intervjuene. Deretter kategoriserte jeg materiale i et eget dokument. Jeg lesete hvert intervju for seg, og skrev ned hvilke temaer informantene tok opp i sitatene. Temaene, eller kodene, ble plassert til venstre i skjemaet, mens sitater som passet innenfor kodene ble plassert til høyre. Ved å bruke kvalitativ koding ble 18 kategorier identifisert relatert til tre generasjoners syn på mat og matsvinn. Underveis i analysen og sortering av sitater, så jeg at det var flere kategorier som gikk igjen, og som ble brukt mye, mens andre ikke ble benyttet. Jeg gjorde derfor om på skjemaet, og lagde kategorier som rommet flere temaer. Så kunne heller mindre temaer komme som underkategorier. Jeg endte opp med tre hovedtemaer med tilhørende undergrupper.

Det var ikke før jeg begynte å skrive på analysekapittelet at jeg virkelig fikk fastsatt de endelige kategoriene, og sett hva som var nyttig og hva som var overflødig. Som det fremkommer av denne tabellen, ble de tre hovedtemaene: mat og økonomi, mat og bærekraft og mat og matvaner. Jeg endte opp med to undergrupper til hvert tema, og disse henger, i mine øyne, sammen med hovedtemaet.

Mat og Økonomi	Mat og Matvaner	Mat og Bærekraft
Handlevaner og prisbevissthet	Tidsbruk	Dato og spiselighetsvurdering
Pris versus Kvalitet	Ferdigmat og sunn mat	Rester og matsvinn
Matvarer og merkevarer	Måltidsvaner	Dårlig samvittighet

Tabell 3: Oversikt over oppbygging av analyse

Når jeg skrev analysen begynte jeg med mange sitater, og det var vanskelig å velge hvilke som skulle være med. Datamaterialet ble innsnevret i ulike stadier, slik at jeg til slutt endte opp med det som presenteres i denne masteravhandlingen.

4. Synet på mat og matsvinn i tre generasjoner - en analyse

Jeg vil nå redegjøre for mine empiriske funn, og drøfte disse opp mot teori og tidligere forskning. Årsaken til at jeg velger å drøfte underveis er både oppgavens omfang og et ønske om å unngå for mye gjentakelser. I tillegg gir det i mine øyne en bedre oversikt og struktur. Analysen er delt inn i tre hovedtemaer, som hver har to hovedkategorier med tilhørende undertemaer. Først vil jeg presentere de to familiene, og deretter gi en deskriptiv beskrivelse av hver enkelt informant. Analysen beveger seg videre over på hovedtemaet mat og økonomi, deretter ser jeg nærmere på temaene mat og matvaner og til slutt og mat og bærekraft.

4.1 Beskrivelse av informantene

Jeg vil i dette delkapittelet presentere de to familiene, og de tilhørende familiemedlemmene. Tidligere i oppgaven, i kapittel 3, har det blitt presentert en oversikt over informantene med opplysninger i stikkordsform. Her ønsker jeg å utdype presentasjonen, slik at leseren kan få et mer levende bilde av de intervjuede. Informantene har fått fiktive navn, slik at det skal være lettere å skille deres personlige historier fra hverandre. I den ene familien er det valgt tre navn på K, mens i den andre familien er navn på T.

Det er ingen menn i de to eldste generasjonene: foreldre og besteforeldre. Dette har ikke vært et tilsiktet mål, men et tilfeldig utfall. Dette kan henge sammen med endringer i samfunnet, men også de eldste kvinnenes relativt høye alder, da kvinner leverer ofte lengre enn menn.

Presentasjon av Familie K

Denne familien kan kategoriseres som «Familie nytelse». Kvalitet er noe de vektlegger når de skal handle matvarer. De har en gjennomgående skeptisk holdning til First Price produkter, og kjøper helst det de liker. De har nære relasjoner, og bestemoren er ofte på middag hos datteren og svigersønnen. Alle tre: bestemor, mor og sønn bor i nærheten av hverandre. Pizza i helgene er som regel fast hos Kathrine (mor) og Kristoffer (sønn). Det varierer blant de tre generasjonene hvor godt de planlegger en matvarehandel, og det varierer hvor ofte de handler. Både Karen (bestemor), Kathrine (mor) og Kristoffer (sønn) handler noe på 10- kroners marked, men prisen på matvarer er ikke hovedfokuset i denne familien. Kvalitet, nytelse og smak er heller stikkord som beskriver hva Familie K vektlegger ved mat. Det er ingen i familien som er særlig glad i restemat. Det er likevel tydelig at de ikke liker å kaste mat. Fra Karen (bestemor) som har vokst opp med å ikke kaste noe i det hele tatt, til Kathrine (mor)

som ikke liker å kaste mat og får fryktelig dårlig samvittighet, til Kristoffer (sønn) som heller ikke liker å kaste mat, og mener at man skal prøve å unngå dette.

Karen, bestemor, 80 år

Karen beskriver seg selv som frisk og fyrig, og hun går mye turer. Karen er enke og bor alene. Før hun ble pensjonist jobbet hun litt i butikk, med rengjøring og kontorrelaterte oppgaver. Hun er født og oppvokst på gård. Der kastet de aldri mat. Dersom det var noe matavfall, gikk det heller til dyrene. Dette er noe hun har tatt med seg inn i det voksne liv. Hun forteller at hun stadig gir litt tørt brød eller muggen ost til fuglene. Når vi snakker om det å kaste mat sier Karen:

«[...] så da kan du bare legge den til fuglene, og da forsvinner det på null komma null (begge ler), jah, det er ikke lenge siden jeg gjorde det, og det var vekk før jeg hadde snudd meg nesten, jaah, gulost var det».

Karen er en dame av nokså «få ord». Hun svarte kort og presist på alle spørsmålene som ble stilt henne. Noen ganger virket det som hun ikke helt forstod spørsmålene, men hun svarer noe likevel. Hun er opptatt av å handle det hun liker, og det hun har bruk for. Karen forteller at hun er veldig glad i fisk. De spiste mye fisk i barndommen, og at det gjør hun fortsatt. Hun lager middag hver dag, og på spørsmål om hun bruker mye tid på matlaging svarer Karen:

«Neida, det går fort, heheh, jeg er ganske fort til å lage det. To plater, grønnsaker og potet, jeg har ikke spist potet nå i det siste, men masse grønnsaker, også har jeg litt fisk også».

Hvis ikke hun lager middag, er dette noe hun savner. Selv om hun lager middag hver dag har hun sjeldent rester, da dette er noe hun ikke liker noe særlig. Derfor «koker» hun heller nytt hver dag. Karen sier at det å bo alene påvirker både dagligvarehandelen og matlagingen hennes. Hun handler ikke så mye eller lager så mye mat som før.

Kathrine, mor, 54 år

Kathrine har tre barn, jobber innen finans og sier hun har en sønn på snart tretti år som fortsatt bor hjemme. Før drev hun mye med idrett, men i dag er ikke Kathrine så aktiv lenger. I ukedagene er ikke Kathrine så flink til å sette seg ned å spise frokost. Det blir fort ei skive i hånda eller et eple på kontoret. I helgene derimot, tar de seg bedre tid til å sette seg med og dekke på bordet. På fredager er det fast med reker, og da pleier moren, Karen, å komme på middag. Lørdag er det som oftest pizza.

Kathrine forteller at hun er god på å lage mye mat slik at de har rester, og at barna ofte sier «er det rester nå igjen?», og at hun da svarer at maten skal spises opp. Årsaken til at de har mye rester mener Kathrine skyldes at hun lager litt for mye middag hver dag. De liker å ha litt rester til dagen etter. Likevel er det ganske ofte at rester blir stående, og at de må kastes. Innimellom går det litt rester til katten, han må jo ha noe sier hun. Men å kaste mat er noe Kathrine liker svært dårlig, og sånn har det alltid vært siden hun var liten. Dårlig samvittighet er noe hun kjenner på når hun kaster mat: «Forferdelig dårlig samvittighet, jeg synes det er forferdelig å hive mat, jah».

Hun skriver handleliste, men handler litt på innfall også. Hun og mannen handler etter jobb, og det er ikke slik at de har bestemt på morgenen hva de skal ha til middag. Det finner de ut av i løpet av handleturen.

«Som regel så skriver jeg ned hva jeg skal ha [...] også gå litt rundt i butikken å kikke litt også å se om det er noe annet jeg skulle ha. Så er det jo, ja, jeg planlegger jo litt, men det er jo litt på innfall også».

Når dagligvarehandelen gjøres, går kvalitet fremfor pris hos Kathrine. Hun kjøper «vanlig» ost fra Tine, og ikke fra Frist Price. Den er ikke like god, og kan være litt mer salt. Hun kjøper det hun liker, og ser ikke på prisen.

Kristoffer, sønn, 29 år

Kristoffer har tatt en pedagogikk utdanning, men ønsker å arbeide innenfor et annet fagfelt, og er for tiden jobbsøkende. Han bor sammen med kona og katten sin. Kristoffer forteller at han og kona snart skal blir foreldre for første gang.

Hjemme hos Kristoffer og kona planlegger de alltid handelen, og de ukeshandler på torsdager. Det er som oftest kona som handler matvarer, og mens vi hadde intervjuet, kom hun hjem fra den ukentlige handleturen. Hun listet seg litt i bakgrunnen og satt inn varer i kjøleskapet. Det er sjeldent at de handler varer på tilbud, og Kristoffer tror dette henger sammen med at de har en fast dag de handler. Men han tenker at de kunne vært bedre til å handle på tilbud.

Kristoffer er den som stort sett lager middag i ukedagene. Dette er noe han har begynte med ganske nylig. Han forteller at han alltid har vært dårlig til å lage mat, også når han bodde hjemme:

Kristoffer: «[...] så nå det siste året så har jeg hvertfall begynt å lage middag, så jeg har blitt bedre på det. Ellers så har jeg egentlig aldri laget mat når vi bodde hjemme heller, jeg har jo egentlig aldri lært, eller jeg har jo ikke villet selv, så det er jo egentlig min feil at jeg ikke har lært det».

Det kommer frem at Kristoffer er litt skeptisk i forhold til datoer, og vil aller helst ha maten fersk. Hvis en vare har gått ut på dato, går det fint å spise den et par dager etterpå. Dersom den har stått litt lenger kaster han det uten å undersøke først. Noen ganger kaster han mat fordi det smaker helt annerledes når det er oppvarmet. Gjennom oppveksten har han vært ganske kresen, og før så ville han ha kastet mat bare det så litt ekkelt ut, selv om det kanskje ikke var det.

Presentasjon av Familie T

I en annen by på Sørlandet bor Familie T. Her bruker både Turid (bestemor) og Trine (mor) mye tid på å lage mat. Trine (mor) uttrykker at det er en kreativitet knyttet til matlaging. De tre generasjonene bor ulike steder i den aktuelle Sørlandsbyen, men har god kontakt. Det er en gjennomgående prisbevissthet i familien, og de handler mye på tilbud, gjerne i store kvanta. Thomas (sønn) er ikke like opptatt av tilbud som sin mor og bestemor, men pris og god økonomi er fortsatt i fokus når han handler mat. I alle tre generasjonene er økonomi viktigere enn kvalitet på matvarer. Likevel uttrykker alle at de har noen varer de kjøper uansett pris, slik som Stabburet makrell og Heinz ketsjup. Det er ingen i denne familien som er spesielt glad i frokost. I helgene tar de seg derimot mer tid til frokosten. Turid (bestemor), Trine (mor) og Thomas (sønn) er samstemte i at det å kaste mat ikke er greit, og kasting av mat knytter de opp mot religiøse verdier. Thomas (sønn) trekker også inn at det å kaste mat er dårlig økonomi. Selv om de ikke synes noe om å kaste mat, føler de ikke på noe særlig skam når de gjør det.

Turid, bestemor, 79 år

Turid har vokst opp på gård. Hun har ingen utdanning, men har jobbet med blant annet å vaske i en lokal idrettshall. Når jeg først møtte Turid var hun stille og forsiktig, og uttrykte at hun gjerne ville ha datteren i rommet mens hun skulle intervjues. Hun var redd for å ikke klare å svare på spørsmålene jeg stilte. Utover i intervjuet ble Turid tryggere, og da snakket hun i vei og hadde masse å fortelle. Turid lager mat som hun selger for å spe på pensjonen sin:

Turid: «[...] Og nå er jeg veldig mye på kjøkkenet, jeg lager pizzaboller, på tirsdag lagde jeg 62 komper, hver tirsdag lager jeg komper, og i dag hadde jeg med ut pizzaboller til ei, og Bounty kake og prim [...]».

Turid hadde tatt med noen pizzaboller til barnebarnet sitt Thomas. Hun ville gjerne at jeg skulle smake på en av disse, og de var veldig gode. Selv om hun lager mye mat i løpet av en

uke, er hun ikke noe glad i å invitere folk på middag hjem til seg. Hun sier noe om at hun synes det kan bli litt «styrete», men at hun gjerne gir bort mat eller spiser borte hos andre. Det handler om at hun liker å gjøre det på sin måte, og unngå gris og søl. Turid sier videre at hun ikke har vært så flink til å lære bort om matlaging til barna sine på grunn av dette:

«Men jeg var ikke flink til å lære fra meg å lage mat, for jeg måtte ha det veldig rent på kjøkkenet, jeg kunne ikke ha noen til å søle, [...] de har ikke lært av meg å lage mat [...]».

Turid forteller mye om all maten hun produserer, hvordan hun lager det, hvilke redskaper hun bruker og at hun passer på å holde seg innenfor lovens rammer i forhold til hva hun kan tjene. Etter at intervjuene var ferdige, skulle Thomas kjøre hjem både meg og bestemoren. Turid hadde bestemt seg for at jeg skulle få med meg litt hjemmelaget syltetøy. Hun viste meg også litt rundt i hjemmet, og jeg fikk se blant annet kjelen hun lager komper i, og hvor hun står og spiser frokost.

Trine, mor, 55 år

Trine er kledd i sterke rødfarger og hun oppleves som en dame som har masse energi. Hun hadde med seg en huskeliste under intervjuet hvor hun hadde skrevet ned mat hun hadde laget i det siste, hvor hun hadde kommet opp med kreative løsninger. Hun liker å være kreativ med mat, og bruke mat som er satt ned i pris eller holder på å gå ut på dato til nye retter og bakverk. Hun fortalte at hun nylig hadde laget et bananbrød hvor hun brukte gløggmiks som hadde blitt stående i skapet siden jul. Litt av denne banankaken hadde Trine tatt med til intervjuet, og ville gjerne at jeg smakte litt på den.

«Og nå for eksempel så hadde jeg rester av sånn der gløggblanding ... Også tok jeg litt av det oppi banankake også for der skal jeg egentlig ha mandler, også tok jeg bare litt av det strøsselet av mandlene uten rosiner også drysset jeg oppå sjokoladen, så nå når du får den der banankaken, så har jeg brukt fra gløggblandingen til å pynte på den [...] så nå er jeg jo på jakt etter sånn billig gløggblanding, for det mandler og alt er jo liksom dyrt. Så blir jeg litt kry av meg selv for jeg tror jeg er litt kreativ!»

Trine er opptatt av å handle på tilbud, og det er ofte slik at varer i 40% nedsattdisken bestemmer hva det blir til middag. Hun forklarer derfor at de ikke har noe fast helgemat, fordi det er 40% disken som bestemmer hva de skal spise. Når hun handler følger hun med på en tilbudsapp, og handelen gjøres ved at hun er innom de fleste butikkene i nærområdet. Dersom det er gode tilbud liker hun å handle i stor kvanta, og hun har ikke en fast butikk hun handler på.

Trine forklarer også at da hun var liten, hadde hun et anstrengt forhold til mat, og at hun spiste lite som barn. Årsaken var at hun var veldig kresen. Hun spiste sjeldent frokost, og hadde med en gulrot og rundstykke til niste. Etter at hun møtte ektemannen sin begynte dette å endre seg, og hun reflekterer over at i dag tror hun det kun er en matvare hun virkelig ikke takler; leverpostei. Nå er hun glad i å lage mat, og liker å prøve ut nye ting sammen med mannen sin. Da intervjuet var ferdig sa hun at hun synes det var så gøy, og at hun kunne sittede å snakke i timevis.

Thomas, sønn, 24 år

Thomas har noe av oppveksten sin på Vestlandet, men hovedsakelig på Sørlandet. Han jobber for tiden som vikar mens han holder på å fullføre utdanningen. På fritiden liker han «å gå med vennene mine, slappe av, game litt, se litt film [...]». Thomas er ikke like opptatt av å handle varer på tilbud som moren og bestemoren, men også han er opptatt av å være økonomisk. Målet er å handle mat for rundt 700 kroner i uka. Han fører ikke budsjett, og sier han har kontroll på det i «hodet». I hans øyne er det bedre å handle mer på butikken, og bruke mindre penger på å gå ut og spise. Han har som mål å gjøre storhandelen på mandag, men han kommer frem til at i praksis er han innom butikken så og si hver dag. Økonomi kommer også igjen når vi snakker om matsvinn. Thomas liker ikke å kaste mat, og har vokst opp med en tanke om at det er «nesten helt forbudt». Han er i dag ikke like streng på det. Det at han ikke liker å kaste mat handler i all hovedsak om dårlig økonomi for han:

«[...] men jeg er nok mest drevet av det økonomiske forholdet til det, det er jo bare skikkelig dårlig å ende opp med å kjøpe masse mat som du aldri får spist, også kaste det [...] da kan man heller finne noe annet å bruke pengene på».

Å lage mat er egentlig noe Thomas synes er ganske gøy, men når det kun er han selv han skal lage mat til, så blir det et tiltak. Lysten til å kokkelere er en helt annen når han kan lage mat og varte opp for flere. Det trives han med. Dette kan også henge sammen med at Thomas er opptatt av at både matlaging og handling skal være mest mulig praktisk og effektivt. Vi snakker litt om sunn mat, og at dette i hans øyne kan være litt stress å lage.

«Jeg føler å lage sunn mat hele tiden, det tar så mye mer tid, og man må være så, det krever litt mer, og da er det sånn, hvis ting er lettvinnt så er det greit liksom, tidsklemma og, også er det sånn når du er skrubbsulten, det å liksom finne energien og sånn til å lage noe sunn mat når du vet at du bare kan varme opp en pizza som du har i fryseren så er det, det fort gjort at jeg bare, at det bare blir den pizzaen da».

Thomas sier at for han handler det ofte om at det bare er å få i seg noe så fort som mulig. Han er ikke noe frokostmenneske og sier “av og til er det det eneste som frister, noe sånn skikkelig søtt, bare for å få ting i gang”.

4.2 Mat, økonomi og endring

Bugge (2019) skriver om de store endringene som har skjedd i Norge siden 1500-tallet og frem til i dag. Utviklingen kom på bakgrunn av industrialisering, ny teknologi og oljeproduksjonen som startet på 1970-tallet. Dette førte til en velstandsutvikling i landet, som gav husholdningene bedre økonomi. Turid (bestemor) og Karen (bestemor) har begge vokst opp på gård, og har vokst opp i en tid hvor det var trangere kår. Trine (mor) og Kathrine (mor) har vokst opp midt i denne utviklingen, mens Kristoffer (sønn) og Thomas (sønn) derimot, er «født inn i» en tid hvor Norge allerede var blitt et rikt land. Turid kommer her med et godt eksempel på hvordan hun opplevde sin oppvekst:

«Når vi var små, så vet du, da fikk vi, vi var fire søsken, og da fikk vi en appelsin som ble delt i fire, også fikk vi hver sin båt, det var appelsinen. Så sånn lite råd var det i den tiden. Og jeg vet et år, pappaen min, han tjente, det var vel nettoinntekt 5000 kr i året [...] Så det var trange tider den tid. De hadde et lite småbruk med tre kyr og en hest og, også hadde vi alltid en gris, sånn at det ble slakting, også hadde vi jo kjøtt, og poteter, og kålrabi, alt det dyrket vi, så vi levde jo av det som vi dyrket. Vi hadde ikke kjøleskap da [...] og ikke vaskemaskin, ingen ting [...] vi hadde kjeller også, også var det jo det at de slaktet jo gris, og, men det måtte de salte, vi hadde saltedunk, så det saltet de og det stod i kjelleren. Så måtte en ta opp det vi skulle bruke, også vanne det ut, ja, og syltetøy lagde mamma, og vi hadde skap i kjelleren å sette inn det, også hermetiserte hun».

Det Turid forteller samsvarer godt med hva Bugge (2019) skriver om i «Fattigmenn, tilslørte bondepiker og rike riddere». Det var før i tiden mer vanlig å dyrke sin egen mat, sanke bær og benyttet konserveringsmetoder hermetisering, salting og sylting. Tilgangen på kjøkkenredskaper var ikke den samme som i dag, noe Turid opplevde i sin oppvekst (Bugge, 2019, s. 29).

Handlevaner

I tillegg til velstandsutviklingen som Bugge (2019) beskriver, har faktorer som tilgjengelighet og vareutvalg påvirket nordmenns handlevaner. Dagligvarebutikkens åpningstider er i dag lengere, det større antallet dagligvare butikker og de befinner seg ofte i nærhet til forbrukeren og man finner et mye rikere utvalg av matvarer enn tidligere. Når Karen (bestemor) og Turid

(bestemor) forteller om sine minner om handlevanene i barndommen blir det tydelig at endringene har vært store:

Karen: «Da jeg var liten, da måtte vi ro over, min far rodde over fjorden, og det var han som fikk liste med seg, og handle det som min mor sa han skulle handle. Og da kjøpte de mere i større, for eksempel en kartong med mel, en eske [...] med smør og, i stor kvanta, det gjorde de [...] Men kjøtt og sånn det hadde vi jo selv. De slaktet sau, og de saltet det og de hadde jo egg og hvis det var en kalv de slakta så hadde de det også».

Turid beskriver liknende erfaringer fra sin oppvekst:

«ikke hadde vi bil eller noen ting, men du vet vi handla jo ikke mye, for melk hadde vi selv, og alt på gården hadde vi selv, og mamma sylta jo, vi var på skogen og plukket bær og, så jeg føler at vi, pappa måtte sikkert, han hadde hest og karjol og greier, jeg er sikker på at han kjørte til byen med hesten, for å handle litt på butikken av det vi måtte ha på butikken, men du kan si vi hadde så mye på gården, at vi levde jo mest av det».

Både Karen og Turid er representanter for det Ringvold og Høberg (2021) betegner som selvbergingshusholdets tid, hvor det handlet om at hver gård dyrket sin egen mat og høstet fra naturen gjennom jakt, fangst og sanking. De to sitatene sier også noe om hvordan arbeid ble fordelt mellom kjønne i de to bestemødrenes oppvekst. Man ser en kjønnet arbeidsdeling, der mannen gjorde det tyngre og fysiske arbeidet, som å ro og kjøre hest, mens kvinnen hadde ansvar for husarbeidet med sylting av mat og lage handlelister (Korsvik og Rustad, 2018, s. 6).

I dag finnes det flere ulike måter å gjøre dagligvarehandelen på. Alternativer som netthandel og matkasser har kommet til de siste årene. Det er ingen av informantene som bruker netthandel eller matkasse. Årsaken til at Kathrine (mor) er negativ til matkasser, er at hun ønsker å bestemme selv hva hun skal handle, og hun er av den oppfatning at det vil være mer matsvinn. Hun nevner også tid, og at de ikke har en travel hverdag og har god tid til å gjøre handelen selv. Trine (mor) sier at hun har tenkt litt på sånn matkasse, men at hun har kommet frem til at hun er like kreativ ved å benytte seg av 40% nedsattdisken.

Alle informantene planlegger matvarehandelen, men i varierende grad. Bortsett fra Thomas (sønn), sier alle at de benytter handleliste som et hjelpemiddel. Men den er ikke alltid helt styrende for dagsinnkjøpet. Thomas (sønn) gir følgende beskrivelse av sine planleggingsvaner:

«[...] det er jo ikke alt man kan planlegge føler jeg, [...] altså jeg har jo alltid bodd nærme butikken også, så i verste fall hvis jeg hadde glemmt noe, så kan jeg jo bare gå bort igjen å kjøpe det siste jeg trenger, så det er jo bare at jeg ikke gidder å bruke tiden på det, [...] hvis jeg finner ut at det er et eller annet måltid jeg har lyst til å lage, også kan jeg jo bare søke opp på butikken, hva trenger jeg av ingredienser da, også prøver jeg å tenke tilbake til om det er noe jeg har på kjøkkenet, [...] sannsynligheten er stor for, eller hvis jeg ikke klarer å komme på jo det har jeg så kjøper jeg det gjerne bare da på butikken mens jeg er der» (Thomas, sønn).

Her ser vi et eksempel på valg som er utilitaristisk motivert. Hvis ikke det er nødvendig å legge ned mye tid og arbeid i en oppgave, som planlegging, vil man søke de enkleste løsningene. Thomas er opptatt av hva som er effektivt og tidkrevende (Solomon, 2020, s. 166). Karen (bestemor) og Trine (mor) forteller at det hender at de glemmer handlelisten enten på kjøkkenet eller i bilen, og at handelen da blir litt «på husken».

Som sagt, planlegger alle seks informantene handelen noe unntatt Thomas. Planlegging av handelen kan være en form for selvkontroll, og er med på å hindre for mange spontankjøp. Samtidig kan langtidsplanlegging føre til mer matsvinn fordi det da er mindre rom for at det skjer endringer i hverdagen (Solomon, 2020, Hebrok og Heidenstrøm, 2017). Hvor mange ganger i uken informantene handler mat varierer. Turid (bestemor) handler egentlig ganske ofte, men hun hadde nylig et uhell som har påvirket handlevanene hennes:

«Altså, jeg har akkurat vært ute for et uhell og blitt påkjørt med bilen [...] så jeg har ikke sertifikatet, [...] når jeg hadde bil, det var det jeg ville frem til, da var jeg på butikken, [...] også fikk jeg lappene i posten med tilbudene, jeg kjørte rundt på butikkene her, så jeg kunne gå på butikken to og tre ganger i uka, nå blir det bare en eller to ganger i uka [...]».

Dette viser hvordan ytre faktorer og samfunnet påvirker mennesket, og den virkeligheten man lever i (Berger og Luckmann, 2015). Karen (bestemor) handler også en til to ganger uken, men i motsetning til Turid, handler Karen stort sett bare på en butikk: Kiwi som er hennes nærbutikk. I likhet med moren, foretar Kathrine (mor) og mannen innkjøp stort sett i samme matvarebutikk. Hun forteller at de handler etter jobb:

«[...] vi er litt sånn at vi, når vi er ferdige på jobb, så går vi rett og slett og handler etter jobb, også er det sånn at ja hva skal vi ha til middag i dag, så vi er ikke sånn at vi vet på morgen hva vi skal ha til middag alltid» (Kathrine).

Trine (mor) sine handlevaner er mer tilbudsstyrt, da hun følger med på en app som viser tilbudsvarer. Hun forholder seg til flere ulike butikker, og i likhet med Kathrine (mor) handler hun flere ganger i uken:

Trine: «[...] jeg er nok litt, som går fra butikk til butikk etter tilbud, og det er jo litt fordel her at du bare kan parkere et sted, så kan du gå til Copp Extra, du kan gå innom Kiwi, du kan gå innom Coop Mega [...] jeg er på en sånn tilbudsapp ofte, og ser å gulost det trenger jeg nå, å ja der er gulost på tilbud, jammen da kjøper jeg fem i slengen, for det går det jo masse av, sånn at jeg er nok ikke den som fyller en handlevogn veldig opp når jeg handler, jeg handler nok oftere og litt mindre».

Kristoffer (sønn) forteller at han og kona handlet relativt ofte før, men at de nå ukeshandler på torsdager, og planlegger derfor ganske nøye hva de skal handle inn. Når jeg spør Kristoffer om han kan fortelle hvordan en vanlig handel ser ut, svarer han: «[...] nå er det ikke alltid meg som handler, og hun er og handler nå [...]». Dette viser et bytte i arbeidsfordelingen som Turid (bestemor) og Karen (bestemor) tidligere har fortalt om, hvor det var deres far som handlet. Dette kan handle om at det har skjedd en utvikling i hva som anses som maskulint og feminint arbeid, og handling av mat er en oppgave for både kvinner og menn (Korsvik og Rustad, 2018, s. 10). Som det kom frem av presentasjonen av Thomas (sønn) har han, i likhet med Kristoffer, også som mål og handle kun en gang i uka (mandager), men at det er sjeldent han klarer å nå dette målet:

«[...] som regel er det nok to til tre ganger det vanlige [...] men jeg er jo også mye innom butikken å bare kjøper ting jeg trenger akkurat der og da, eller sånn ting jeg har lyst på akkurat der og da, typisk sånn energidrikk [...]».

Handlevanene til Thomas er en kombinasjon av kognitive valg, som er gjennomtenkte og tilsiktede, og affektive valg som er basert på følelser og lyst, og er mer impulsive (Solomon (2020, s. 336).

Det kommer frem av sitatene over, at det er ulike handlevaner og planleggingsrutiner, mellom de ulike familiene, og mellom de tre generasjonene i hver familie. Det er større likheter mellom Karen (bestemor) og Kathrine (mor) sine handlevaner, mens Kristoffer (sønn) skiller seg fra dem med sin faste handledag. Det samme finner jeg igjen hos Familie T. Turid (bestemor) og Trine (mor) har nokså like handlevaner, og styrer mye av handelen ut ifra tilbud. Dette fører til at de er innom mange butikker i løpet av en handletur. Thomas (sønn) virker å være mer opptatt av hva som er praktisk og effektivt, og forholder seg til en butikk.

Pris versus Kvalitet

I dagens samfunn blir forbrukeren «matet» med tilbud gjennom mange ulike kanaler som: TV, radio, sosiale medier, mail, aviser og egne tilbudsbrosjyrer som legges direkte i postkassen. Som tidligere nevnt er utvalget av dagligvare butikker stort, og de konkurrer om kundene blant annet gjennom pris. Forbrukerrådet foretok i 2016 en undersøkelse, som viste at mange forbrukere er styrt av pris når de skal handle mat. To av tre svarer at de kjøper mer, eller noe annet enn hva de har behov for når matvarer er på tilbud (Forbrukerrådet, 2016). De fleste i undersøkelsen (86%) mener at de ønsker å kjøpe riktig mengde mat for å spare penger. Tilsvarende andel begrunner målet om å kjøpe riktig mengde mat med klima og miljø.

Under transkribering av intervjuene ble det tidlig tydelig at de to familiene skilte seg fra hverandre på et punkt i forhold til synet på mat. Dette var pris. I Familie T er pris viktig for alle tre generasjonene. I Familie K er fokuset i større grad på å kjøpe de matvarene man liker: «Jeg kjøper det jeg liker» var et utsagn som gikk igjen hos både Karen (bestemor), Kathrine (mor), og Kristoffer (sønn). Når jeg spør Turid (bestemor) om hun handler matvarer på tilbud, svarer hun:

«[...] jeg er også sånn som går på tilbud, kjøper maaange oster når de er på tilbud for det bruker jeg så mye til pizzabollene. Kjøper mye kjøttdeig, jeg har kjøpt ti pakker kjøttdeig nå, og jeg kjøpte fem, seks, sju pakker karbonadedeig [...] så frysen min er full av pizza, og kjøttdeig og kyllingfilet, og jeg kjøper inn MYE når det er tilbud [...]»

I motsetning til Turid kjøper ikke Karen (bestemor) noe særlig på tilbud. Hun forteller at hun gjorde det mer før, da hun hadde en Sparbutikk i nærheten. Da var hun mye på 10 kroners marked. Karen sier: «jeg kjøper det jeg har bruk for». Kathrine (mor) handler heller ikke så mye på tilbud, men hun følger med de gangene det er 10 kroners marked i butikkene. Men hun sier at hun ikke rakk 10 kroners markedet i år. Trine (mor) derimot, benytter seg ofte av tilbudsvarer:

«Yes, bruker det mye! Veldig mye 10 kroners marked, og jeg kjøper jo inn mer i slengen, jeg kjøper jo inn mange håndsåper til 10 og [...] mange ketchuper til 10, for det er jo sånn du bruker fortløpende av, også har jeg litt sånn på lager, ja mhmm» (Trine).

For Thomas (sønn) så er ikke disse tilbudsvarerne like viktige. Han forteller at det heller handler om at hans faste butikk, Kiwi, har lave priser generelt:

Thomas (sønn): « [...] nei, jeg er nok ikke så god til å bruke tilbud riktig, kommer litt an på, men spesielt på Kiwi så er det ikke så mye tilbud, da er det generelt mer at det bare er lave pris på ting, [...] også er det litt sånn jeg føler litt på at hvis man bare

kjøper ting fordi det er på tilbud, så ender man ofte opp med å kjøpe noe man ikke har lyst på eller har bruk for, også må du kaste det [...] jeg føler ofte man kan bli litt lurt for du blir litt sånn «og ja jeg må kjøpe det fordi det er på tilbud», «Nei, hvis ikke du trenger det selv om det på tilbud, så er det billigste å bare la være» [...] så det er litt tankegangen da [...]».

Noen ganger kan dagligvarebutikkens tilbud føre til at en mister kontrollen, eller viker bort fra de planlagte handlene, og kjøper varer som ikke var tiltenkt eller behov for (Solomon, 2020, s. 338). Det virker som Thomas har tenkt nøye gjennom hva han mener om tilbudsvarer. Han har gjort et kognitivt valg, og velger bort tilbudsvarer, fordi han mener det er mer økonomisk å handle det han faktisk trenger (Solomon, 2020). I likhet med Thomas, forteller Kristoffer (sønn) at han ikke er så god til å handle på tilbud, og at det henger sammen med at han og kona har fast handledag. Det kommer frem av hva informantene i Familie T sier, at Turid (bestemor) og Trine (mor) er de to informantene som handler mest på tilbud. Jeg spør Trine om det hender at hun må kaste varer hun har kjøpt på tilbud, og hun svarer at det aldri skjer. Turid derimot, må av og til kaste noe av tilbudsvarene, blant annet agurk.

Jeg snakker med informantene om de har et bevisst forhold til pris kontra kvalitet. Hvor forskjellene mellom Familie K og Familie T kommer tydelig frem. Karen (bestemor) ser alltid litt på prisene, men kjøper likevel de varene som er best:

«Du ser jo alltid litt på prisene, det gjør en jo litt, men ehh, er det noe som for eksempel det som er bedre enn det andre, så kjøper en jo det som er litt bedre, det som er best, jah, men du ser jo litt på pris også det gjør jeg jo. Det kommer an på hva det er».

Her er Turid (bestemor) mye tydeligere på at det er pris som er viktig når matvarehandelen gjøres:

«Ja men, og jajaja, jeg er veldig prisbevisst, men altså nå kan du si, når jeg ikke har bil selv og kan kjøre til byen hvis jeg ville handle litt stort eller sånn, så må jeg handle litt mer på nærbutikkene, og nå kan du si, nå har jeg skrevet på en lapp, vaniljesukker, for det bruker jeg jo i primen, så da må jeg kjøpe en på den lokale butikken, men jeg har jo [...] Vært på Kiwi når det har vært, jeg har jo kjøpt inn gjær og ting til ti kroner, jeg kjøper fem pakker av gangen, og to pakker med vaniljesukker og to med bakepulver, sånn at, jeg kjøper når det er veldig billig. Jeg kjøper når det er rimelig [...]».

Det er prisen som styrer hvor mye og når Turid kjøper inn en vare. Dette samsvarer med tidligere forskning, som viser at forbrukeren styres av pris (Forbrukerrådet, 2016). Kathirne (mor) har et annet forhold til pris enn Turid:

«Det blir jo ofte at en kjøper det en vet en liker best, [...] mange av de, for eksempel ostene, det er mye salt i de synes jeg, disse First Price, jeg vet mamma av og til kjøper

litt First Price, og jeg sier du må ikke kjøpe de der ostene for det er så mye salt i de. Vi vil ha vanlig ost, fra Tine ... jeg kjøper det det jeg liker, også ser jeg ikke, også kjøper jeg ikke noe billigere, med dårligere, eller det er jo ikke alltid dårligere kvalitet, men jeg kjøper det jeg liker, selv om det er dyrere» (Kathrine).

Solomon (2020, s. 335) skriver at noen handler ut ifra hva som er enkelt og komfortabelt, mens for andre vil lojalitet veie tyngre. Det Kathrine sier kan være uttrykk på en form for lojalitet til merkevaren Tine. Det kommer også frem av hva Trine (mor) sier, at hun har en viss grad av lojalitet til merkevarer fra Coop. I motsetning til Kathrine, som forankrer dette i kvalitet, handler det for Trine om pris:

«Ja, altså for eksempel taco lefser så kjøper jeg stort sett alltid den dere, Coop sine, selv om Santa Maria plutselig har 40% så blir Coop sine likevel billigere, og da er det ikke sånn at jeg tenker å nei Santa Maria sine er bedre sånn at jeg må kjøpe de, men i noe annet så kan det være at det, det er jo ikke sånn at jeg ikke ønsker kvalitet heller, det kan være at jeg sier at nei jeg kjøper heller Stabburet sin makrell i tomat for den er veldig god og god kvalitet i stedet for First Price, men litt begge deler».

Pris veier tungt hos Trine, men det er ikke slik at hun aldri fokuserer på kvalitet. Kvalitet veier tyngre på varer som hun anser som av god kvalitet. Dette handler om forskjeller i smak, og at individet tillegger ulike matvarer en verdi (Simmel, 1996, Beardsworth og Keil, 1997).

Hvilken verdi matvaren har henger sammen med sosial bakgrunn og sosialisering. Dette er faktorer som påvirker hvilke vurderinger vi gjør av smak, noe som fører til at hva som anses som god kvalitet, og dårlig kvalitet vil variere fra person til person (Bourdieu, 1995). I likhet med sin mor, vil kvaliteten komme først på noen produkter også hos Thomas (sønn):

«[...] det er noen varer der jeg føler kvaliteten bare trumfer det uansett [...] typiske eksempler på det, det er gjerne peanøttsmør, syltetøy, det spiller ikke noe rolle hvor billig det er hvis ikke jeg liker det, for da spiser jeg det ikke uansett».

Forbrukeren ønsker å unngå ubehag i forbindelse med mat, og søker mat de liker (Hebrok et.al., 2018, s. 7). Dette kan ha en sammenheng med at Thomas da velger pris fremfor kvalitet på produktene han nevner. Hos Kristoffer (sønn) veier kvalitet tyngre enn pris. I likhet med moren sin, Kathrine, nevner han First Price produkter, og at han heller foretrekker andre varemerker:

«Vi kjøper jo for så vidt ikke så mye av First Price produktene, jeg vet ikke jeg, jeg synes jo mye av det ikke er så godt [...] vi kjøper som regel det normal, Prior, og Tine melk [...]» (Kristoffer, sønn).

Både Kathrine og Kristoffer omtaler varemerker som Tine og Prior som «vanlige» og «normale», mens de uttrykker et negativt syn på First Price produkter. Det sier noe om hvilke

spilleregler de har internalisert i familien (Berger og Luckmann, 2015). I tillegg antydes en viss stigma mot dette billigmerket. Det kan nærmest se ut til at First Price settes opp som det motsatte av kvalitet. Vurderingene mor og sønn her gjør henger sammen med det Bourdieu kaller kulturell kapital (1995, s. 229). Gjennom oppvekst tilegner man seg en bestemt smak. Gjennom smaken kan mennesket gi uttrykk for hvor de plasserer seg i «det sosiale rommet» og smakshierarkiet (Bourdieu, 1995). Familie K har plassert ut ifra hva de mener er «normalt» og «vanlig». Dette tyder på at de ønsker å fremstå som normale, og at de ønsker å ta avstand fra billigmerket First Price, og heller assosieres med at de velger kvalitet.

Kristoffer (sønn) og Thomas (sønn) er de to informantene som har mest kontroll på økonomien i forbindelse med handling av mat. De fire andre bruker ingen form for matbudsjett, men Trine (mor) forteller at de har forsøkt å ha matbudsjett for en periode, og sparte på kvitteringer:

«Det har vært sånn at, ei stund så sparte vi på kvitteringa, for vi skulle regne ut forbruket i en måned, men det har jeg gitt opp, også tenker jeg, jeg tror vi faktisk er ganske fornuftige tenker jeg, også vil vi ikke heller være sånn kjipe at ikke vi kan, nå kjøpte vi akkurat sånn ferdig pizza som vi bestilte, sånn 400kr for to, så det er jo ikke sånn at, åy, jeg har ikke lyst til at vi skal bli sånn at vi aldri kan unne oss noe og bli helt sånn kjipe ... Men i det daglige, det er jo ikke sånn at vi går ut og spiser en hel haug, for det hadde jo vært kjempedyrt. Men at vi litt, litt sånn fornuftig, hva skal jeg si, regnskap, eller handling i det vanlige, og av og til unne seg noe ekstra».

Trine sier her noe om hva hun ønsker å assosieres med og hvordan hun ønsker å fremstå. Fornuftig forbruk er noe hun verdsetter, og i motsetning til å være kjip, er det denne kategorien Trine plasserer seg selv (Bourdieu, 1995). Men det Trine anser som fornuftig forbruk, vil kanskje ikke deles av andre. Dette henger sammen med sosial klasse, og at ulike klasser har ulik smak og også ulik tilgang på økonomiske midler (Bourdieu, 1995, s. 52).

Som det kom frem av presentasjonen av Thomas (sønn) har en form for matbudsjett, hvor målet er å bruke rundt 700 kr på mat i uken. Dette fungerer fint synes han: “[...] som regel går jeg nok relativt greit i pluss på det, at det er noe under det” (Thomas).

Også Kristoffer (sønn) og kona har kontroll hvor mye penger de bruker på mat: «Kona mi fører budsjett i, hu førte i bok før, og nå fører hu på Excel, så hu vet hvor mye vi bruker». De to yngste, Thomas (sønn) og Kristoffer (sønn), ser ut til å være de som har mest kontroll i forhold til matbudsjett. Dette stemmer ikke overens med en studie Webley og Nyhus gjorde i 2005. Studien de har gjort viser at foreldre har en svak, men klar påvirkning på hvordan deres barn håndterer økonomi, og at forholdet man har til økonomi arves fra en generasjon til en

annen, men det er uklart nøyaktig hvordan dette skjer (S. 160). I Familie K og T har barna større fokus på økonomi i forbindelse med matvareinnkjøp enn sine foreldre og besteforeldre.

Matvarer og merkevarer

Bugge (2019) skriver at hovedingrediensene i bondekosten bestod av brød, grøt, melk, smør og ost. Flere av disse matvarene nevner alle seks informantene at de kjøper. Samtidig viser datamaterialet en utvikling fra mer tradisjonelle matvaner, til det moderne.

Når jeg spør informantene hvilke matvarer de pleier å handle, svarer Karen (bestemor): «[...] det er jo, det jeg bruker til daglig, mel, smør, og middagsmat, poteter og gulerøtter og grønnsaker og ost, jah, og litt syltetøy». Flere av matvarene Karen bruker i det daglige, finner en igjen hos Turid (bestemor): «[...] melk, og smør, og noe ja, en boks med leverpostei og en pakke gulrøtter og kanskje en paprika og en halv agurk [...]». Melk er også med i en vanlig handel hos Kathrine (mor). I tillegg er Pepsi Max en vare de pleier å kjøpe:

«Nå hører jeg han sier Pepsi Max i stua (ler godt), jeg har sagt han ikke skal blande seg inn, men nå hører jeg han. Neida.. det er jo melk og brød og middag, også er det jo litt goodies i helgene, det er jo det».

Godteri er noe Kathrine spiser i helgene. Mens hverdagen ofte er knyttet til enkel mat, forbindes helgen med kos og nytelse (Amelien, 2007, s. 66). Når jeg snakker med Trine (mor), ramser hun opp matvarer de pleier å handle:

«I en typisk handel så vil jeg si det er egg, bordpakning smør, gjerne et brød, kjøttdeig, eller kyllingkjøttdeig, ehm, og en del frukt og grønnsaker, bananer og salat, gjerne litt skyldt salat [...] JA! Og melk! .. Melk! Og gjerne faktisk et syltetøy og litt pålegg, gulost og brunost, det må vi alltid ha i hus [...] og kaffe innimellom, men det pleier jeg å hamstre litt da [...] Poteter også, poteter og ris, det er jo mye sånn» (Trine).

Da vi snakket om dette temaet, holdt Trine på å glemme å nevne melk, men moren, Turid, hvasket i bakgrunn «også melk». Trine reagerte med «hvordan kunne jeg glemme melk». Dette er tydelig en viktig vare hjemme hos hennes familie. Også Kristoffer (sønn) er inne på noen av de samme varene som de fire andre informantene. Kylling, kjøttdeig, ost, skinke og melk er varer han nevner. For Thomas (sønn) er makrell i tomat, Nugatti og peanøttsmør noe han alltid kjøper, og han spiser mye brød i perioder. For å tydeliggjøre hvilke matvarer, og matretter informantene pleiere å spise har jeg laget en oversikt i tabellen under:

Generasjon	Innkjøp	Matretter
Bestemødre	Melk, smør, leverpostei, gulrøtter, paprika, agurk, poteter, brød, ost og syltetøy.	Pizzaboller, gomme, prim, komper, fisk med bacon, kjøttsuppe, fiskekaker og pølse.
Mødre	Pepsi Max, melk, brød og litt godteri, egg, smør, kjøttdeig, bananer, salat, kaffe, poteter, gulost, brunost, kaffe og ris.	Kinesisk take away, biff, asiatisk, thairetter, fajitas og taco, reker. Sushi.
Sønner	Ost, skinke, melk, makrell i tomat, Nugatti, peanøttsmør, brød, kylling, kjøttdeig og laks.	Kyllingrull, spagetthi, taco, grønnsakssuppe,

Tabell 4 Oversikt over matvarer og matretter

I likhet med Bugge (2019) sine tabeller, viser min tabell en modernisering av matvaner i de to familiene. Gjennom samfunnsutvikling har nye retter og matvarer blitt tilgjengelig. Matvarene og rettene informantene spiser viser at de er påvirket av samfunnsutviklingen, og at ny mat internaliseres (Berger og Luckmann, 2015, s. 135). Bestemor Turid har for eksempel blitt svært god på å lage pizzaboller. Samtidig har hun bevart noe av det tradisjonelle ved at hun blant annet lager gomme¹ og prim. Dette viser hvordan både samfunnet og Turids vaner sammen påvirker hvilke retter og matvarer som kjøpes (Berger og Luckmann, 2015).

I dagligvarebutikkene i dag er det et stort utvalg av produkter. Det finnes flere ulike merker som produktene kan ha, for eksempel økologisk, Svanemerket eller Nyt Norge. Det er ingen av informantene som spesifikt ser etter disse merkene når de handler. Dette samsvarer med forskning gjort av Nofima i 2016. Her viste deres spørreundersøkelser og dybdeintervjuer at norske forbrukere i større grad er opptatt av kvalitet på matvaren, enn hvor matvaren kommer fra (Skuland, 2016). Når det kommer til frukt og grønt avdelingen i en dagligvarebutikk, er det strenge krav til hvordan matvaren skal se ut. Likevel er ikke all paprika identisk, eller alle sitroner like runde. Jeg snakket med informantene om rare fasonger på frukt og grønt, og om det er noe de tenker på under handelen, og om de velger/velger bort dette. Her er Karen

¹ Gomme er en tradisjonell norsk melkerett. Den brukes som oftest på lefser, men også på vafler og brød. Høberg, «Gomme (melkerett)». *Store Norske Leksikon*. 8. februar 2021. https://snl.no/gomme_-_melkerett

(bestemor) tydelig på hva hun mener: «Ei gulrot er ei gulrot, så om de har litt forskjellige fasonger, så gjør jo ikke det noe, nei så, det jeg pleier å kjøpe, det er First Price gulrøtter, de er veldig gode, veldig gode er de».

Karen er oppvokst på gård hvor de dyrket mye selv, noe som kan ha gjort at hun har et annet forhold til utseende på frukt og grønt. Selv om Karen tidligere har sagt at hun ikke kjøper så mye First Price, kjøper hun gulrøtter fra denne leverandøren. Det tyder på at mat tilleggs ulike verdier, og at dette er en vare hvor det ikke er like viktig med hvilket merke den tilhører (Bourdieu, 2015).

For de andre fem informantene varierer det litt hvilket syn de har på dette. Kathrine (mor) sier at hun noen ganger handler økologiske gulrøtter på Coop Mega i forbindelse med at hun leverer post. Kristoffer (sønn) er ikke enig med bestemoren, og sier “tror kanskje vi tar det som kanskje heller ser mest normalt ut, det gjør vi nok”. For Trine (mor) handler det om at, for eksempel, gulrøtter som er bøydd, velges bort fordi det er upraktisk å skrelle, ikke fordi det skulle smake dårlig. Thomas (sønn) prøver å være litt bevisst på å velge frukt og grønnsaker som ikke ser «normale» ut, men at det ofte er lettere å velge det som ser best ut. Han trekker inn økonomi i forhold til hvilke varer han ender opp med å kjøpe:

«[...] Men som regel så går jeg, på agurk da, så går jeg rett og slett bare etter hva jeg, den største holdt jeg på å si, den jeg får mest for pengene, og hvis den da er bøydd og krokete, men er dobbelt så stor som de som er rette, så er det jo ikke noe problem [...]» (Thomas).

At utseende på matvarer påvirker forbrukerens og mine informanters valg handler i stor grad om at når mennesker spiser, spiser de like mye med sinnet, som de gjør med munnen (Beardsworth og Keil, 1997). Mennesker tillegger situasjoner og ting mening, og for noen assosieres en annerledes fasong med dårligere kvalitet, annerledes smak eller at det er upraktisk (Berger og Luckmann, 2015).

4.3 Oppsummering av Mat og Økonomi

De eldste informantene forteller om en oppvekst med dårlig råd, begrenset utvalg av kjøkkenutstyr og at de dyrket en del av maten selv. Turid (bestemor) og Karen (bestemor) vokste opp på gård og var nesten helt selvforsynte med de vanligste matvarene. I dag handler de 2-3 ganger i uken på dagligvarebutikker. På tross av utviklingen i tilgjengelighet og nye

handlemuligheter, er det ingen av de seks informantene som bruker ordninger som matkasse eller netthandel. Tabellen over matvarer og matretter viser en endring og modernisering i informantenes spisevaner. Likevel er matvarer som brød, melk, smør og ost, som det tradisjonelle bondekostholdet bestod av, fortsatt viktig (Bugge, 2019). Den største forskjellen mellom de to familiene er tilnærmingen til matvarer i forhold til pris og kvalitet. I Familie T viser datamaterialet en gjennomgående prisbevissthet, og Turid (bestemor) og Trine (mor) er kjøpere av tilbudsvarer. Det er en opparbeidet «spilleregul» at man ikke skal sløse med penger, men bruke med måte. Så kan man heller kose seg en gang iblant. I Familie K derimot, finner man et større fokus på kvalitet og en lojalitet til bestemte merkevarer (Solomon, 2020). Dette er varer som både Kathrine (mor) og Kristoffer (sønn) beskriver som «normale» (eks. Tine og Prior). Prisen på matvaren er ikke så viktig så lenge det er noe de liker.

Datamaterialet i sammenheng med temaet mat og økonomi, har vist at selv om begge familiene tilhører middelklassen, kommer det frem av analysen at de to familiene har ulik økonomisk kapital (Bourdieu, 2015). I Familie K har Karen jobbet på kontor, Kathrine jobber innen finans mens Kristoffer har tatt en utdanning han har innsett at han ikke ønsker å bruke. Han er for tiden jobbsøkende. I Familie T har bestemoren jobbet som vaskehjelp, moren er pedagog og sønnen er fortsatt student med jobb ved siden av. Familie K kan plasseres innenfor øvre middelklasse, mens Familie T tilhører nedre middelklasse.

Familie T har skapt et felles perspektiv om at de er nøysomme og har et fornuftig forhold til forbruk og økonomi. De kjøper gjerne billigmerket Frist Price eller Coop Extra sitt billigmerke eller andre varer på tilbud. Dersom tilbudene er gode, kjøper de gjerne inn store kvanta. Handlevanene, samt forholdet til pris kontra kvalitet, sier noe om Familie T og deres økonomiske kapital. De plasserer seg som noen som er nøysomme, og tar avstand fra de som sløser og ikke har et fornuftig forhold til økonomi. Likevel sier Trine (mor) noe om at de ikke ønsker å bli assosiert som kjipe. Det å kunne unne seg noe godt eller fint, som for eksempel å kjøpe eksklusiv mat er verdsatt i samfunnet. Det er noe de «øvre» klasser gjør. Derfor ønsker Trine å strekke seg etter dette, og ikke bli ansett som kjip (Bourdieu, 1995, s. 52).

Familie K kjøper «vanlige» og «normale» matvarer. Dette kan tyde på at det er viktig for dem å fremstå som normale utad. I motsetning til Familie T, distanserer de seg fra First Price, noe som uttrykker «vi er ikke noen sånne». Smakshierarkiet gjør at mennesker kan skille seg fra hverandre, og vise hvilken gruppe de ønsker å tilhøre. Karen sier at hun ikke kjøper så mye First Price, og spesielt ikke ost. Gulrøttene til billigmerket derimot, de kjøper hun. Dette

handler om at gulrøtter har en lavere «rang» en for eksempel kjøtt og fisk som vurderes annerledes og ut fra merke. De to familiene kan sies å ha noe ulik habitus, noe kan ha sin bakgrunn deres noe forskjellige økonomiske og kulturelle kapital (Bourdieu, 1997, s. 37).

4.4 Mat og matvaner

Det var lenge slik at kvinnen tok seg av alt av husarbeid. Etter mange år med fokus på likestilling mellom kjønnene er det i dag, i større grad enn før, vanlig å dele på husarbeidet og matlagingen. De siste 20 årene har det også blitt mer vanlig å være vegetarianer, veganer eller fleksitarianer. Når man identifiserer seg med en av disse betegnelse, så legger det føringer for hva en kan spise og ikke. Det er ingen av de seks informantene som er vegetarianere, veganere eller fleksitarianere. Gjennom n får menneske den næringen de fra naturens side er avhengig av for å overleve. Det er likevel mennesket som har konstruert og utviklet fenomenet. Mennesket er fra naturens side avhengig næring i form av mat for å kunne leve. Mat inntas etter sosiale «spilleregler» som mennesket har konstruert (Poulain, 2017, s. 1). Det handler ikke bare om å dekke et fysiologisk behov, men også et sosialt behov. Hvordan mat inntas, når mat inntas, hva som er passende i ulike situasjoner og hvor mye tid som brukes på å tilberede mat varierer i stor grad mellom mennesker.

Tidsbruk

Hvor mye tid en bruker på å lage mat vil være påvirket av grad av interesse for matlaging og hvilken motivasjon som ligger til grunn. Det vil også ha en innvirkning om man er i full jobb, er pensjonist eller er i for eksempel permisjon. Noen mennesker bruker mye tid på kjøkkenet, mens andre har fokus på at matlagingen skal være rask og effektiv. Hos informantene varierer det litt hvilket forhold de har til å lage mat. Alle seks informantene, bortsett fra Turid (bestemor) og Trine (mor), sier at de ikke bruker så mye tid på matlaging. For Turid er matlaging blitt en hobby som samtidig gir litt inntekt. Hun bruker mye tid hver uke på å lage mat, men det meste av denne maten lager hun til andre. Trine forteller at på fredag hadde hun fri, og bakte to kaker før klokken var 11:00. Å bruke tid på matlaging i dag er forbundet med sosial status og kulturell kapital (Bourdieu, 1995).

Videre forteller Trine (mor) litt om hvilket forhold hun har til å lage mat:

«Ja, nei, egentlig bra, men jeg kjenner også, jeg tenkte liksom sånn når ungene hadde flyttet ut [...] man hadde jo hatt 16,17, 18 år sammenhengende der man hadde lagd, for når en har unger og det må lages mye mat og det ene kan ikke ha det, og den andre må

ha det, så kjenner en jo at en blir litt mett av den maten også, at det tar mye, så av og til har jeg kjent, og det merker jeg nå enda at åh, det er godt noen dager åh vi har pizza nok til i dag, det er bare å varme. Så det er både, både [...] krevende og gøy og bra og fint, det er liksom alt mulig!».

Dette sier noe om at matlaging kan være tidkrevende, og med barn i hus er det ofte slik at matlagingen tilpasses deres behov. I motsetning til Trine, som har lang erfaring med matlaging, er Kristoffer (sønn) forholdsvis ny i «matlagingsgamet». Kristoffer har gått fra å ikke ha lyst til å lage mat, til å ha ansvar for matlaging i ukedagene. Dette viser en endring i hans forhold til matlaging, noe som kan ha sammenheng med at han nå er hjemmeværende, og har mer tid (Stensgård, et.al., 2018). Som det kom frem av presentasjonen av Thomas (sønn), bor han alene, og synes det kan være et tiltak å lage middag til kun en person:

« [...] jeg har ikke den samme lysten eller driven når ikke jeg kan dele det med noen, hvis jeg kan lage mat til flere, så synes jeg det er gøy, enten hvis vi er samlet en plass, eller vi er samlet her, så synes jeg det er gøy å varte opp, men da ehmm [...] hvis det bare er til meg selv så vet jeg jo at jammen jeg klarer meg jo med, så lenge jeg får i meg noe [...]».

For mange er det å spise mat forbundet med noe sosialt og fellesskap. Her gir Thomas uttrykk for at matlaging har større verdi når det deles sammen med andre. Dette kan henge sammen med at når en lager mat til flere så gjør han seg «flid», han får vist frem hva han kan, og det er mulighet for å få skryt for jobben han har lagt ned. Han kan vise at han er en «good provider» eller en god «care-taker» (Aschemann-Witzel et.al., 2015; Graham-Rowe, et.al., 2013). Når Thomas lager mat til seg selv handler det i større grad om nytte og hva som er effektivt, mens når måltidet skal deles med flere handler det om opplevelsesmessige behov, sosial hygge og nytelse (Simmel, 1996, Solomon, 2020, s. 166).

Ferdigmat og sunn mat

De siste årene har dagligvarebutikkene stadig fått et større utvalg av ferdigmat, og det er mange som benytter seg av de ulike tilbudene i en travel hverdag. I tillegg har man leveringstjenester som Foodora som leverer mat fra din favoritt restaurant rett på døren. Noe som overrasket meg med mitt datamateriale var hvor lite ferdigmat det spises blant informantene. Med tidligere forskning i hodet, om at knapphet med tid har ført til et ønske om enklere og raske løsninger på mat, hadde jeg en tanke om at Familie K og Familie T oftere spiste ferdigmat (Bugge, 2019, s. 400). Det at ingen av informantene spiser noe særlig ferdigmat kan ha sammenheng med at det nedvurderes, og at mat som lages fra bunnen har en høyere verdi (Bourdieu, 1995).

Hos Turid (bestemor) og Karen (bestemor) hadde de aldri ferdigmat da de vokste opp, da ble alt laget fra bunnen av. Nå hender det at Karen kjøper grøt fra Fjorland, og Turid kan kjøpe en posesuppe. Kathrine (mor) og Trine (mor) husker heller ikke at de hadde ferdigmat i deres barndom. I dag kjøper de noen ganger en ferdigpizza fra Pizzabakeren eller kinesisk take-away. Også Kristoffer (sønn) sier at de innimellom bestiller en Pizzabakeren, men at som oftest så lager de middag. Han sier «[...] når vi ikke er sammen kunne jeg kanskje gått og tatt meg en kylling rull en eller annen plass eller noe. Når vi er sammen så lager vi stort sett middag». Her finner man igjen det Thomas (sønn) snakket om tidligere. Måltids verdi blir større når det deles med andre mennesker (Simmel, 1996). Dersom det kun skal lages mat til en person, velges ofte enklere alternativer som ferdigmat (Solomon, 2020).

Alle seks ser ut til å være opptatt å spise sunt og forsøker å ha variert kosthold. Karen (bestemor) sier at sunn mat er viktig for henne, og at hun alltid har likt fisk veldig godt: «Stekt fisk med litt løk på siden». Datamaterialet viser at Trine (mor) har fokus på å prøve å få i seg nok grønnsaker, og at hun ofte hiver i seg en proteinshake. Samtidig er hun veldig glad i sjokolade og nøtter:

«Jeg skrev en Post-it-lapp til meg selv på skapdøren i kjøkkenet der det er mest sjokolade og snacks, så skrev jeg Trine, fy, skrev jeg til meg selv, ikke spis sjokolade og nøtter, du får vondt i magen! Og de holde på å le seg i hjel, så sier jeg det er som Pippi, en må snakke til seg selv. Egentlig burde jeg hatt en musefelle, en sjokoladefelle» (Trine).

Hun ler godt og høyt når hun forteller om dette. Hvilken mat som er passende når, og hvor mye som en skal spise avhenger av faktorer som oppvekst og sosialisering (Amelien, 2007, s. 66). Å spise sunt sier noe om at man har selvkontroll og klarer å ta vare på seg selv, mens for mye sjokolade og godteri er et tegn på det motsatte. Sunn mat tilhører de høyere klasser, da det i tillegg til å gi uttrykk for kontroll er dyrere enn usunn mat. Trine prøver å og skille seg fra «de som spiser usunt». Ved å spise sunt uttrykker Trine en høyere kulturell kapital, da sunn mat er høyt oppe i smakshierarkiet. Gjennom å velge sunn mat kan Trine uttrykke sin identitet og hvilken plass hun inntar i «det sosiale rommet» (Bourdieu, 1995, s. 229). Ofte kan mat som sjokolade og snacks både forbindes med kos og nytelse, samtidig som det kan skape bekymringer rundt helse (Beardsworth og Keil, 1997, s. 52).

4.5 Måltidsvaner

Det at mat og drikke er et grunnleggende fysiologisk behov hos alle mennesker, har ført til at måltidet oppstår som et sosiologisk mønster eller rituale. Mennesker som i utgangspunktet ikke deler noen ting kan finne sammen gjennom et felles måltid (Simmel, 1996, s. 4). Hvilke

måltidsvaner en har vil variere fra person til person, og familie til familie. Noen spiser frokost sammen hver dag, andre gjør ikke. Det samme gjelder lunsj, middag og kveldsmat. Hvilke regler, normer og vaner man har skapt rundt inntak av mat er svært forskjellig. I oppveksten lærer mennesket hva som er god smak og dårlig smak, dermed er smak kulturelt betinget i følge Bourdieu (1995). På bakgrunn av hva en har lært i oppveksten gjør mennesker smaksdommer, og forskjellig typer mat og matvarer plasseres i et smaksierarki. Et eksempel på dette er Familie K sitt syn på First Price produkter. I deres familie er dette matvarer som anses som ikke gode. Dette er smaksvurdering som gjøres på bakgrunn av deres klassetilhørighet, samt kulturell og økonomisk kapital (Bourdieu, 1995).

Matvaner før

For å få forstå hvilket syn informantene har på mat og matsvinn, snakket jeg med de om hvordan måltidsvanene var da de vokste opp, og hva de pleide å spise. Turid (bestemor) forteller:

«Vi spiste brødkive, vi bakte brød selv, og det lærte jeg vel tidlig, å bake brød [...] da spiste vi brødkive med smør, og syltetøy og ost tenker jeg det var mest, [...] vi hadde jo ikke råd til å kjøpe noe kjøttpålegg eller, det var jo ikke noe snakk om sånn noe, men mamma kokte gomme, og ja sånn noe [...] Også lagde hun jo, også var hun jo veldig god til å lage middag. Kjøttkaker og brun saus, og poteter og gulrot og kålrabi hadde vi jo på gården [...] og ja vi hadde god mat [...]».

Dårlig råd påvirket hva Turid og familien spiste i hennes oppvekst. I tillegg kommer det frem at de hadde en tradisjonell arbeidsdeling, hvor moren stod for maten (Korsvik og Rustad, 2018, s. 23). Kathrine (mor) forteller om gode matopplevelser med Sunda og loff i oppveksten. Dette var noe helt spesielt:

«Vi hadde jo ofte, når vi var mindre, han fisket jo hummer, så hver lørdag hadde jo de hummer i den perioden, men det spiste jo ikke vi, for vi likte jo ikke hummer, så jeg hadde jo loff og sunda på skiva. Sunda, (ler litt), det husker jeg, det var jo så godt med loff, vi hadde jo aldri loff vet du, men da hadde de loff, da kjøpte de loff til hummeren, mhhm, ja».

Her trekker Kathrine (mor) frem en tydelig kontrast. Før var loff en luksusvare og dette var sjelden vare. Kathrine forteller at de ikke likte hummer. I dag anses hummer som å være svært luksuriøst, og det er en statusvare som plasseres høyt oppe på smakeshierarkiet. Dette handler om at mennesker tillegger mat verdi, og at dette er noe som endres over tid (Berger og Luckmann, 2015). Videre forteller Kathrine litt mer om hva de pleide å spise da hun vokste opp:

« [...] vi spiste mye servelat på skiva, vi hadde mye sunn mat, vi hadde, jeg tror nok heller at vi hadde et annet budsjett før, at de var mer forsiktig, [...] vi kjøpte jo, aldri mye godteri eller chips eller brus, aldri noe av det, eller det var kanskje bare til helgene, [...] og mamma bakte brød og, de lagde jo mye, altså vi, pappa fisket jo også, plutselig lagde vi fiskekaker, og hadde masse og frøys ned, kjøpte gjerne et helt, en halv gris eller hva det var og frøys ned, vi gjorde det, de var veldig flinke på det» (Kathrine).

Det var snakk om en annen økonomisk situasjon da Kathrine (mor) vokste opp. Dette har vært en utvikling i deres familie, fra moren som jobbet litt som kontordame, til Kathrine som jobber innen finans. Når jeg spør Trine (mor) om hva de pleide å spise i oppveksten forteller om at hun som ung hadde et ganske anstrengt forhold til mat:

«[...] jeg hadde veldig utfordringer med mat i min oppvekst [...] jeg klarte aldri omtrent å spise frokost før jeg gikk på skolen, [...] jeg brakk meg sånn om morgenen, jeg brakk meg mer da i oppveksten enn jeg gjorde når jeg var gravid. Det var nok sånn psykosomatisk [...] som regel klarte jeg å drikke et glass med kald melk med O'boy, sjokolademelk, også ingen mat. Også smurte hun nistemat til meg sikkert til jeg var 25, neida, da hadde jeg flyttet, men veldig sånn [...] og jeg var jo så sulten når vi endelig skulle spise på skolen, for da hadde jeg ikke noe mat i kroppen [...] jeg var nok lært opp til å være veldig kresen også, både av mamma og pappa».

Trine beskriver et vanskelig forhold til mat i oppveksten. Gjennom sosialisering og oppvekst internaliserer vi hva som en bør spise og ikke (Beardsworth og Keil, 1997, s. 54). Trine mener at moren og faren hadde en påvirkning på utfordringene hun hadde med mat. Mens Trine og moren, Turid, snakket om mat og matvaner i oppveksten, kommer Trine (mor) til å tenke på første gang hun så en pizza bli laget:

«Du jeg husker når jeg så første pizzaen ever bli laget hjemme på et kjøkken, det var hos noen venner av mamma, det må jo ha vært på 70-tallet. Pappa og jeg var ute hos de, og jeg sto på kjøkkenet og hun tar tomatpure, du tar jo ikke tomatpure på kringledeig tenkte jeg, det jeg hadde sett sånn deig, var at du lagde kringle med sukker og kanel eller vaniljekrem, dette skal jeg aldri smake på tenkte jeg, og jeg smakte ikke på det, med kjøttdeig på og ost, så det var pizzaen helt i begynnelsen kom til Norge» (Trine).

Trines reaksjon på den første pizzaen hun så ble laget, sier noe om at mennesker spiser like mye med sinnet som de gjør med munn (Beardsworth og Keil, 1997). Synet av tomatpure på deigen hun forbandt med søt gjærbackst, bød henne imot. Det stemte ikke dette overens med de «spillereglene» Trine (mor) var vant med (Poulain, 2017, s. 1). Også Kathrine (mor) snakker om moren som lagde pizza, og at hun en gang lagde pizza toppet med gulrøtter:

«[...] vi pratet om det i går jeg og mamma, hun sa at jeg lagde jo aldri pizza, og jeg sa jeg husker du lagde pizza noen ganger, men jeg tror, en gang hadde du gulrøtter på, vi synes ikke det var så godt (vi ler begge to lenge og godt)».

Pizza ble introdusert i Norge en gang på 1960-tallet, men det tok litt tid før husmødrene lærte seg å lage retten, med varierende resultat (Bugge, 2019, s. 381). Velstandsutviklingen i Norge skjedde raskt, og det kom i løpet av kort tid mange nye retter og råvarer til landet. De to pizzahistoriene hadde kanskje ikke en velsmakende pizza ala Italia som resultat. I dag er pizza blitt en svært vanlig rett i Norge, også i Familie K og Familie T. Hos både Kathrine (mor) og Kristoffer (sønn) lages det som regel alltid pizza i helgene, og Turid lager pizzaboller hver uke for å spe på pensjonen.

Frukt som pålegg var noe Trine (mor) likte svært godt som liten. Det kunne være oppskåret appelsinskiver med litt sukker på eller most banan:

«[...] det kan jeg jo like enda så, veldig sånn ser ut som barnemat, det er jo så godt! Men jeg er så vant med frukt og eple. Hun tok ut eplekjernene inne i midten, (henvender seg til sin mor) husker du hadde den der til å gjøre det? Og skjærte opp, også la du ripsgele inni det hullet på skiva».

Thomas (sønn) forteller at de hadde mye tradisjonell mat da han vokste opp, og at han noen ganger var litt sjalu på sine venner fordi de hadde annen type mat:

«[...] vi hadde jo mye sånn, hvertfall sånn av mat, så var det jo mye sånn tradisjonelt, jeg husker vi hadde mye kjøttkaker, brunsaus, fiskeboller i hvit saus, ehh [...] hva mer hadde vi, ofte noe sånn spagethhi form, spagethhi gryte, you name it, ehhm.. lapskaus, grønnsakssuppe, ehhm.. vi hadde mye sånn tradisjonell norsk mat. Vi hadde taco og pizza og sånn og selvfølgelig. Jeg følte vi hadde mye god mat opp gjennom. Så var det liksom, jeg husker mange andre ofte, følte de hadde mer sånn pizza og, så jeg var litt sånn småsjalu på de da, for jeg følte de var burger og, men i ettertid så er jeg jo veldig glad».

Thomas (sønn) sier noe om at når han nå ser tilbake er han veldig glad for at de hadde såpass mye tradisjonell mat. Dette henger sammen med at i dag så assosieres pizza og burger med usunn «junk-food», mens hjemmelagde kjøttkaker og lapskaus er sunn hverdagsmat, som både er tidkrevende og laget fra bunnen av. I dag er Thomas glad, fordi han kan distansere seg fra vennene, han er «ikke en sånn». Dette kan representere en kulturell smaksdom (Bourdieu, 1995, s. 37).

Jeg spør Kathrine (mor) hva de pleier å spise i dag og hun sier at hun ikke er så god til å lage de tradisjonelle rettene, men at det ikke er så mye som har endret seg. Hun påpeker at det som har endret seg er: «[...] det er vel det at jeg ikke alltid lager de dere voldsomme svære middagene som er sånn traust norsk mat». Hun sier at de lager retter som er litt mer moderne:

«Ja litt mer moderne, vi lager mer biff og sånn, det hadde vi vel aldri hjemme. Mer ris og pasta, det hadde vi vel kanskje ikke så mye før, det var mye poteter, og gulrøtter og

kålramb, og blomkål og sånn noe. Vi har vel litt mer andre ting, litt mer spennende ting, som er mer vanlig og få i butikken nå enn hva det var før [...]».

Kathrine beskriver maten før som mer traust, mens de i dag lager mer moderne og spennende mat. Hun sier også noe om at årsaken til dette er at det er en annen tilgang på et mangfold av matvarer. Det å blande de tradisjonelle rettene med nye mer spennende og eksotiske retter er noe Trine (mor) forteller om:

«[...] Ja, hva skal jeg si, pizza, det kan være poteter, den retten jeg vant med hos mamma, sånn stekt flekk, eggerøre, poteter og gulrøtter, det er en sånn originalrett, den er god, jeg har av og til laget litt sånn blanding av komper og kumle, [...] Vi bruker gjerne litt sånn pastaretter, thai, thairetter som du kjøper sånn base [...] Kylling og kyllingfilet bruker vi ofte, og fajitas og taco [...] Også prøver, vi prøver også å ha litt sånn fiskerett, sånn ca. en gang i uka».

Maten informantene snakker om at de lager gir uttrykk for variert og det Kathrine kaller moderne mat.

Hvem lagde maten?

Informantene snakker om hvem som pleide å lage mat når de vokste opp. Det varierer litt mellom dem om det var moren som stod for matlagingen, eller om foreldrene delte på denne oppgaven. Statistisk Sentralbyrå har sett på hvor mye tid som brukes på husarbeid. De har sett på tall fra 1970 frem til 2010, og sammenliknet tidsbruk mellom kjønnene. Kvinner brukte i 2010 2,5 timer mindre på husarbeid enn i 1920. Det kommer også frem at kvinnen i huset bruker i gjennomsnitt en time mer enn mannen på måltider/matlaging (Statistisk Sentralbyrå, 2012). Hos Karen (bestemor) og Turid (bestemor) var det moren som lagde maten. Karen (bestemor) forteller at hun tidlig lærte å lage mat av moren. Kjøttkaker var den retten hun lærte å lage først, for det var lettest og smakte best. Dette sier noe om hvilke forventinger en hadde til kvinnen og hennes rolle i tiden de to bestemødrene vokste opp (Korsvik og Rustad, 2018, s. 10).

Kathrine (mor) og Trine (mor) forteller også at i all hovedsak så var det moren som kokkelerte, men faren hjalp til innimellom. Dette viser at det var komplementære roller. Mens de to sønnene, Thomas og Kristoffer, forteller at de har opplevde at matlagingen har vært fordelt tilnærmet likt. Det viser at det har skjedd en utvikling i samfunnet og fordelingen av arbeidsoppgaver i hjemmet (Bugge, 2019, s. 400). Dette er noe vi ser igjen i hva Thomas (sønn) forteller her:

«[...] jeg husker vi relativt tidlig måtte ta ansvar for å smøre frokost og niste selv, jeg var vel rundt ti tror jeg når jeg begynte med det, av og til så koordinerte jeg med

mamma [...] også middag var det jo de som tok ansvar for å lage, mamma og pappa [...]».

Organisering av måltider

Frokost og middag er de to måltidene flest spiser hjemme, mens lunsj ofte spises på skole eller jobb (Bugge, 2019). Da Turid (bestemor) og Karen (bestemor) vokste opp var det i større grad vanlig å samle familiene til måltider, enn hva det er nå:

Karen: «[...] vi hadde alltid frokost sammen og middag, og som regel kvelds, vi spiste frokost sammen før alle gikk på skolen, og middag når alle kom hjem fra skolen, [...] det var fast, såå, det er ikke så mye i bruk nå, det tror jeg ikke, blant mange».

Karen reflekterer over at hun tror det har blitt en endring i at alle måltider blir spist sammen. Dette stemmer overens med hva de andre informantene forteller. Det er middagen som er det måltidene flest av informantene samles til. I likhet med Karen, spiste Turid (bestemor) og familiene alle måltidet sammen, og de ba bordbønn før maten. Både Turid og Trine snakker om hvordan har religion spilt en rolle som ramme rundt måltidet. Sønnen Thomas begrunner det annerledes. Turid sier videre noe om at det å samle familien til mat er noe hun ikke har vært like flink til med sine barn:

«[...] det er sånn som jeg ikke har vært så flink til med mine kan du si, kun når mannen min levde, da spiste vi jo alltid middag sammen. Men datteren min hun var sånn litt, pirket i maten og skulle ikke ha så mye og, og når mannen min var på jobb, så hadde vi ikke noen faste måltider».

Trine (mor) tilføyer dette til hva moren sa:

«[...] også tror jeg ikke det har vært noe sånn, du har jo ikke synes at det har vært veldig, kanskje viktig med å dekke på og tent et lys [...] altså måltidet er mer enn å få i seg noe mat».

Her gir Trine uttrykk for at hun er opptatt av at det skal gjøres litt ut av måltidet. Hun har svanet stemning, lystenning og fin borddekking i sin oppvekst. Dette tyder på at hun er mer opptatt av dette enn hva hennes mor har vært. Ved å gjøre seg flid med rammene rundt måltidet, kan den sosiale verdien og følelsen av fellesskap komme mer frem (Simmel, 1996). Det Trine forteller at hun savnet, har Kathrine (mor) fått i sin oppvekst. Hun hadde en mor som stort sett var hjemme, noe som gjorde at hun hadde tid til å dekke på frokostbordet:

«[...] hu (mamma) gikk jo ikke på jobb om morgenen så hun var jo alltid der og dekket på til oss og vi spiste frokost, men ikke alltid sammen, fordi vi hadde jo ikke så mye god tid før vi skulle på skolen, men det var alltid pådekket [...] Middag hadde vi alltid når vi kom hjem, den stod alltid på, men når hun jobbet så var det ikke alltid vi

spiste middag i hop, for da spiste vi når vi kom hjem i fra skolen, også spiste pappa middag når han kom, så hadde vi en eller annen mat senere på kvelden når vi kom hjem i fra alle disse aktivitetene vi var på og da satt vi gjerne i kjellerstua, med ei skive og et glass melk. Men i helgene så var det jo alltid middag, rundt stuebordet eller dekket på stua, eller på kjøkkenet, så spiste vi alltid middag sammen, eller lørdagskvelden rundt TVen».

Her spiller tid en faktor. Turid (bestemor) jobbet som vaskehjelp, men det kommer frem at Karen ikke var på jobb om morgenen og hadde mer tid til å skape en god atmosfære rundt måltidet. I tillegg har Kathrine vokst opp i et hjem som var preget av mer vaner. Her er det noen sosiale forskjeller mellom Trine og Kathrine sin oppvekst, hvor Kathrines oppvekst er et eksempel på mye tydeligere rammer og ritualer rundt måltidene (Simmel, 1996, s. 9).

Frokost

Ut ifra mitt datamateriale ser det ut til at frokosten i hverdagen er et måltid flere av informantene ikke prioriterer. Enten så spises det ikke skikkelig frokost, eller så lages det noe raskt og enkelt. Turid (bestemor) spiser ikke frokost, og hvis hun gjør det, så skjer det stående ved skjærebrettet. Når Thomas (sønn) forteller om sine morgenrutiner sier han «... men så er det å komme seg opp, stelle seg, hive i seg litte granne frokost ...». For å komme til seg selv drikker Turid en kopp kald kaffe om morgene:

«[...] drikker den jo som vann for at jeg kommer til meg selv, og tar medisinerne [...] også spiser jeg ikke, så bare begynner jeg på det jeg skal, også, spiste jeg en skive før jeg gikk ut her, da står jeg ved skjærebrettet og spiser».

I motsetning til Turid, pleier Karen (bestemor) å ha frokost:

«[...] enten har jeg havregrynsgrøt kokt på vann, jeg setter det i mikroen også har jeg litt blåbærsyltetøy i det, det er det meste jeg har til frokost, eller ei skive også et glass melk, det er vanlig».

Trine (mor) står opp så sent som mulig, tar en proteinshake og «hiver seg av gårde til jobben [...]». Også Kathrine (mor) forteller at de ikke er så gode på frokost i ukedagene:

«[...] vi ikke så veldig gode til å lage oss frokost og sånn og sette oss ved bordet fra mandag til fredag, det gjør vi ikke. Vi tar ei skive, og jeg er jo sånn som av og til glemmer å ta ei skive før jeg går på jobb. Så spiser jeg heller et eple når jeg kommer på jobb [...]».

At frokosten nedprioriteres kan henge sammen med kvinners økte yrkesaktivitet, som igjen gjør at det blir knappere med tid til matlaging, og at fokuset på rask, enkel og effektiv matlaging blir større (Bugge, 2019, s. 400). Dette med mangel på tid og effektiv matlaging kan ses i sitatene fra Trine og Turid.

Når helgen kommer forteller Trine (mor) at frokosten er litt annerledes:

«[...] hvis det er lørdag, så står min mann opp før meg, også når jeg kommer tustenes opp så sier han nå er kaffen klar nå kan vi spise frokost [...] han dekker på så har han tatt syltetøy, ost og kanskje fårepølse, mens når jeg kommer opp, hallo, vi har purre, vi har salat, vi har agurk, vi har paprika og tomater! Så kommer jeg med grønnsakene [...]».

Helgefrokosten skiller seg fra frokosten i hverdagen. Trine sier her noe om at de tar seg bedre tid, og et er større fokus på kos og hygge. Trine har innført det hun savnet i sin egen oppvekst, og i helgen dekker hun på og har en finere frokost enn i en mer hektisk hverdag. I tillegg viser det en endring i kjønnsroller når det gjelder matlaging mellom mor og datter, samtidig er noen mønstre fortsatt tradisjonelle. Trine tar seg av det «sunne», mens mannen har tatt ansvar for å finne frem de mer tradisjonelle påleggene som kjøtt og ost. Dette er et eksempel på at noe mat anses som mer feminint, mens noe anses å være mer maskulint (Beardsworth og Keil, 1997, Korsvik og Rustad, 2018, s. 10). Vi finner denne inndelingen igjen hos Kristoffer. Han har ansvar for matlaging i ukedagene, noe som bærer preg av effektivitet og det skal være praktisk. Kona lager mat i helgen, hvor kos og stemning er i større fokus. Dette bærer preg av en mer tradisjonell arbeidsdeling (Bugge, 2019).

Middag

Middag er det måltidet det ser ut til at informantene prioriterer mest. Turid (bestemor) forteller hva de pleide å ha til middag da hun vokste opp:

«... det var fisk, det var pølse og det var fiskekaker og som regel noe kjøtt, på søndag var det som regel kjøttsuppe eller kjøttkaker eller stekt kjøtt eller, noe sånt noe forskjellig» (Turid, bestemor).

Turid er vokst opp med at de hadde varierte og hjemmelagde middager. Før lagde hun middag hver dag. Det gjør hun ikke lenger i dag. Nå som hun er alene er det ikke alltid hun har motivasjonen til å lage middag, og hun spiser derfor mye brødmat. Hun sier: «... jeg er sånn som er litt glad i et par skiver på kvelden, jeg er litt mer sånn kveldsspist». Igjen blir det relevant å påpeke det sosiale behovet informantene uttrykker rundt måltidet. Dette blir ikke tilfredsstilt på samme måte når Turid spiser alene. Fellesskapet hun kan ha følt på tidligere da mannen levde og barna bodde hjemme er ikke til stede på samme måte lenger (Poulain, 2017, Simmel, 1996). Turid ender i dag ofte bare opp med en skive, det er mer praktisk og krever ikke like mye tid.

I helgene da Kathrine (mor) vokste opp hadde de det hun kaller trauste gode middager:

«Fredagen da tror jeg vi var mye på farten, jeg var på svømming, så vi hadde ikke noe fast, men på lørdagen så hadde vi ofte kylling, stekt kylling og på søndagen så var det jo ofte kjøttsuppe og kjøttkaker, alle sånne trauste gode middager, ja. Ertesuppe og sånn middag som tar lang tid, søndagen det handler om å lage mat. Og sviskekompott og sjokoladepudding, ja, ofte dessert».

Middag er noe så si alle informantene lager hver dag, og Kathrine og mannen spiser alltid dette måltidet sammen: «[...] vi spiser alltid middag i sammen, vi sitter ved kjøkkenbordet og dekker på og har middag sammen, vi går ikke inn i stua og sitter med mat, vi sitter på kjøkkenet» (Kathrine, mor).

Vanene og «ritualene» Kathrine (mor) har vokst opp med rundt måltidet har hun tatt med seg inn i sin familie. Dette viser at noen vaner videreføres i generasjoner, og blir en del av familiens «spilleregler» (Berger og Luckmann, 2015). Hun og mannen har faste rammer for måltidet ved at den inntas ved samme sted hver dag, og de dekker på. De har en felles samling, noe som bevarer det sosiale aspektet ved måltidet. I tillegg sier dette noe kulturell kapital og hvordan de ønsker å fremstå. De har en tanke om hvor det er «riktig» å spise mat, og hvor det er «feil» å spise mat (Bourdieu, 1995).

Vaner og ritualer er en gjenganger i Familie K. Hos Kathrine er det nokså fast at de spiser reker på fredager, og da kommer Karen (bestemor) og spiser sammen med dem, og lørdager lages det pizza. Også Kristoffer (sønn) har forholdsvis fast helgemat med pizza og lasagne. I Familie T er det derimot ikke de samme rutinene for helgemat. Thomas (sønn) sier at når helga kommer så er det ofte noe annet som skjer, og at han ofte er på middag hos moren og faren eller er med noen venner, men han har ikke noe fast han spiser. Selv om de er ulike i forhold til hvordan de organiserer helgematen For Trine (mor) virker det fjernt å ha noe fast «helgemat»:

«For oss er det, altså jeg vet at noen er sånn, åh fredagstaco, men kjæreminn tid det er jo, vi har ikke sånn hvor det er kun det på fredagen, det er jo den der 40% disken som bestemmer hva vi har på fredagen, ja! Så dumt å bare låse seg til taco når det var billig pizzabunn eller noe sånn der sushi eller biff! Det er mer det at vi kanskje spiser, middag sent på lørdagskvelden gjerne også tidlig på søndagen».

Selv om de ikke har faste rutiner for hva spiser i helgene, viser sitat at det likevel er endringer i måltidene fra hverdag til helg. Trine sier at klokkeslettene for når de spiser endrer seg.

4.6 Oppsummering av Mat og matvaner

Samfunn, kultur og sosialisering er eksempler på faktorer som danner grunnlaget for forbrukerens matvaner. I de fleste familier har man bestemte “spilleregler” for *hva* som er greit å spise, og *når* det er greit å spise ulike matvarer og retter (Amelien, 2007). Det kommer frem av datamaterialet at informantenes matvaner endrer seg noe i helgene. Det blir et større fokus på kos og nytelse i begge familier. Hverdagen preges i større grad av enkelhet, effektivitet og sunn mat. Frokost i hverdagen nedprioriteres av samtlige informanter. Middagen er derimot det måltidet de intervjuede prioriterer å sette av mest tid til.

Det varierer imidlertid hvordan Familie K og Familie T organiserer måltidet. Turid (bestemor) har vokst opp i en religiøs familie hvor de ba bordbønn og inntok måltidet samlet. Denne tradisjonen har hun ikke vært like god på å videreføre til sin egen familie. Likevel har Trine (mor) hatt fokus på å samle familien, og i helgene spesielt blir det tent lys, pen borddekking og mål om å skap en god stemning rundt måltidet. Familie K har i større grad vaner, rutiner og «ritualer» knyttet til sine måltider. Kathrine (mor) og mannen spiser alltid middag ved kjøkkenbordet, og på fredagene står reker på menyen. I Familie T derimot, har de ikke fast helgemat.

Det varierer blant informantene hvor mye tid som brukes på å lage mat. Turid (bestemor) og Trine (mor) er de to som setter av mest tid til matlaging. Thomas (sønn) sier at han synes det er gøyere å lage mat til flere enn bare seg selv noe også Turid og Kristoffer snakker om. Dette sier noe om måltidets sosiale funksjon, og hvilken verdi det har (Simmel, 1996).

De to familiene spiser svært lite ferdigmat. Det hender at ferdigpizza kjøpes hos sønner og mødre. Bestemødrene kjøper noen ganger ferdig risgrøt fra Fjorland. Alle seks informantene uttrykker at de er opptatt av sunn mat, men at det varierer hvordan de klarer å leve opp til dette ønsket. Dette kan ha sammenheng med grad av selvkontroll og påvirkningen dette har for forbrukerens valg (Solomon, 2020, s. 338). Balansen mellom å spise sunt og usunt er ikke alltid like lett. Det er en balansekunst!

4.7 Mat og bærekraft

De siste årene har det vært mye oppmerksomhet rettet mot mat og bærekraft økt. Rester, matsvinn og kildesortering er noen av temaene som har vært i vinden. Dette har resultert i begrep som «dumpster diving» (søppeldykking på norsk) og «matredder» (Q-meieriene, 2020). Folkebevegelsen «Spis opp maten» har stort fokus på hvordan forbrukeren kan bruke all mat; rester, halvdårlig frukt og grønnsaker og deler av mat en kanskje ikke tenker på å spise som for eksempel stilken på brokkoli (Spis opp maten, 2021). Bugge (2019) skriver at det har blitt et større fokus på miljø, og ord som matsvinn, bærekraftig mat, matredder og nedpriset mat kommer inn i ordforrådet (Bugge, 2019, s.466). De nye ordene etter tusenårsskiftet viser at miljø er blitt et viktig tema. En undersøkelse gjort av Hebrok et. al. (2018) viser at de fleste i undersøkelsen deler oppfatningen om at det å kaste mat ikke er greit. Likevel har husholdningene i Norge er svært høyt matsvinn. Som nevnt i innledningen, viser tall fra 2018 at hver nordmann kaster 42,6 kilo mat i året (Syversen, Hanssen og Bratland, 2018).

Dato og spiselighetsvurderinger

De fleste matvarer som finnes i Norske dagligvarebutikker i dag, har et datostempel som forteller forbrukeren hvor lang holdbarhet varen har. Noen varer stemples med «best før» mens andre merkes med «siste forbruksdato». Det varierer blant forbrukere hvordan de forholder seg til dette, noen følger datostemplingen strengt, mens andre har et mer avslappet forhold og tenker at det er lukt, smak og utseende som bestemmer om maten er spiselig eller ikke. Betegnelsen «datoskrek» har blitt en del av det norske ordforrådet de siste årene. Dette handler om en skrek for å spise mat etter varens angitte holdbarhetsdato (Datoskrek, 2021). I forhold til vurderinger av matens spiselighet sier rundt 80% av respondentene, i Hebrok et.al. (2018) sin undersøkelse, seg enig eller delvis enig i påstanden om at de alltid sjekker matvaren før de kaster den. Til mat som har gått ut på «best før» dato, sier sju av ti seg helt eller delvis enig i at de fortsatt spiser dette.

Jeg snakket med informantene om blant annet hvilket forhold de har til datostempling, og hvordan de vurderer om mat er spiselig eller ikke. Karen (bestemor) sier litt om hvordan det var før i tiden med matvarer og holdbarhet:

«Det står jo dato på all verdens ting, men da jeg vokste opp var det ikke dato på en ting [...] Nå er det jo til og med dato på poteter [...] Poteter hadde vi så vi hadde for hele året. Jah, det hadde vi. Det var nytt for deg (ler) [...] de lå i kjelleren [...] jeg

husker det var mine brødre, de måtte, det vokste ut noe sånn groe kalte de det for, så måtte de plukke det av for at de skulle holde seg harde».

Dette viser at det har skjedd endringer i samfunnet i forhold til synet på holdbarhet. Alle seks informantene sier at hva de velger å gjøre med matvarer som har gått ut på dato avhenger av hva det er for noe, og at det gjerne er noen matvarer de raskere blir skeptiske til enn andre:

Turid (bestemor): [...] jeg vurderer ikke å spise noe som har stått så lenge at det nei dette er ikke til å spise, men jeg kan ha hatt risgrøt stående i kjøleskapet i ei uke, og da smaker jeg på det, også tenker jeg nei den kan jeg spise, så, så, det kommer an på hva det er for noe, ja..».

For å vurdere om maten kan er spiselig gjør Turid vurderinger ved hjelp av sansene. Ofte er tidligere erfaringer også med på å ta en endelig avgjørelse (Hebrok, et.al., 2018, s. 7) For

Karen (bestemor) er ketchup og sennep eksempler på varer hun spiser selv om de har gått ut på dato:

«Det kommer an på hva, for eksempel ketchup og sennep, det må jeg si som sant, det har jeg brukt mange ganger selv om det har gått ut på dato, men ehh hadde det vært for eksempel kjøtt så hadde, kjøtt skal jo mørnes, da hadde jeg åpnet det, og luktet på det. [...] og luktet det så, så skal du ikke bruke det» (Karen, bestemor).

Kathrine (mor) sier også at hva hun velger å gjøre med utgåtte varer avhenger av hva slags vare det er snakk om:

«Det kommer an på hva det er, hvis det er tørrvare så tenker jeg at de holder litt til, jeg hiver de ikke [...] hvis det er ketchup og noe som er i falske som står i kjøleskapet, dressing og sånn, så hiver jeg det, men ikke sånn tørrvare, da må det jo ha stått et år over tiden, for da er det sånn at det ikke lukter godt, at det er harskt, ja» (Kathrine, mor).

Her sier Kathrine noe om at hun opplever en større sikkerhet rundt sin vurdering av tørrvarer (Hebrok et. al. (2018, s.7). Hun kategoriserer hva hun opplever kan brukes lengre over holdbarhetsdatoen, og hva som må kastes raskt. For Kristoffer (sønn) avhenger hans vurdering av maten om det står «best før» eller «siste forbruksdato». Når jeg spør Kristoffer hva han gjør hvis en vare har gått ut på dato, sier han:

«Det kommer litt an på hva det er, om det står best før eller, siste forbruksdato. Men nei, så lenge det bare er en eller to dager, så går det an å lukte på det å se om det er greit, men hvis det er mange dager, så tror jeg nok fort at jeg hadde, at ja, at det hadde gått i søpla» (Kristoffer, sønn).

Kristoffer bruker både sansene sine, og datomerking til å gjøre vurderinger av matens spiselighet. Hebrok et.al. (2018) skriver at datomerking til en viss grad kan føre til usikkerhet rundt matens spiselighet. Dette ser vi også hos Kristoffer her. Han uttrykker en viss

skeptisisme til matvaren dersom det er langt over holdbarhetsdato. Datostempling fungerer som en indikator på om mat er spiselig eller ikke også for Thomas (sønn):

«Hvis jeg på en måte blir litt i tvil på sansene og ser at han har gått ut på dato, da kan jeg på en måte bruke det litt sammen til å si da tørr jeg faktisk ikke å ta sjansen, ehmm [...] selv om det kanskje egentlig hadde gått».

Forskningen viser at forbrukeren ofte er usikre på egen vurderingsevne i forhold til matens spiselighet, og at det er mye som spiller inn når spiselighetsvurderinger gjøres (Hebrok, et.al., 2018, s. 7-8). På tross av hva denne forskningen kom frem til, sier alle informantene i mitt prosjekt at de har gode nok kunnskaper til å vurdere når matvarer er spiselig eller ikke. Når jeg spør informantene om det tenker de har nok kunnskaper om holdbarhet, svarer Karen (bestemor): «[...] Det tror jeg, det ser du på maten og det lukter du, du ser det på maten, jaah, såå, da byr det deg imot [...]» (Karen, bestemor). Kathrine (mor) snakker også om å lukte og smake på maten for å vurdere om den kan spises, i tillegg forteller hun at hun søker på nett for å finne ut om maten trygt kan spises:

«Jeg Googler, jeg søker det opp på nett, men du lukter jo hvis det er harskt, det gjør du jo. I går hadde jeg for eksempel [...] en pose med noe sånne mandler [...] og den var jo gått ut i 2019 i desember eller hva det var, også åpnet jeg den og bare luktet på den, og kjente at nei det luktet harsket [...] Så det er jo bare å lukte og smake, og Google hvis en er usikker [...]» (Kathrine, mor).

Når jeg spør Trine (mor) om hun føler hun har nok kunnskap til å vurdere om mat er spiselig, er hun klar og tydelig i svaret sitt:

«Ja, vet du hva. Der tenker jeg en kan bruke sansene og fornuft [...] for det har jo vært mange en kjenner som har vært åhhh, det har gått ut på dato, kan ikke spise det, jeg bare sier javel, da skulle jeg vært død for lenge siden hvis det var farlig å spise mat som er gått ut på dato [...]! Så bruke sunn fornuft og ikke minst lukt, kjøtt og sånn kan du kjenne. Jeg har hatt noe kjøttdeig som har gått ut på dato som bare stinker, og bare ouufh, og det er ikke noe god opplevelse. Så en har jo bomma en gang iblant, men det er ikke ofte, nei» (Trine, mor).

Kristoffer (sønn) sier at det er han selv han stoler på når han vurderer om mat er spiselig eller ikke. Han vet ikke helt om det er nok kunnskap, men at han alltid finner ut av det til slutt.

De seks informantene mener de har nok kunnskap, selv om de også uttrykker en viss usikkerhet. Usikkerheten informantene kan oppleve rundt spiselighetsvurderinger, handler om hva som er akseptabelt i forhold til lukt, farge og konsistens, noe som vil være avhengig av personlige preferanser og tidligere erfaringer (Hebrok og Heidenstrøm, 2017).

Rester og matsvinn

For mange blir det litt rester når de har laget mat. Noen er glad i rester og passer på å lage ekstra mat slik at de kan ha rester dagen etter. Mens andre helst kaster restene med en gang, og det blir til matsvinn. Det er mange faktorer som påvirker hvor mye mat forbrukeren kaster. Forskning viser at hvor mye tid man har tilgjengelig er en viktig påvirkningsfaktor (Stensgård, et.al., 2018).

Noe av det jeg snakket med informantene om handlet om hva de gjør med rester og om rester er noe de ofte har. Turid (bestemor) og Karen (bestemor) forteller at når de vokste opp så kastet de aldri restene, de ble enten spist opp av mennesker eller av dyr. Turid sier dette om rester i oppveksten: «Det gav vi til dyrene, for vi hadde både gris, det var helst grisen som fikk det [...] og vi hadde jo kyr og [...]». Hjemme hos Karen (bestemor) ble restematen gjerne spist til kvelden:

«Hvis vi, når vi var små kan du si, og vi lagde middag, hvis det var noen rester av det, så varmet de det opp og hadde det til kveldsmaten, da hadde de som regel alltid noe sånn snacks til kveldsmat, så det var fast. Så var det ny middag dagen etterpå, jah».

Kathrine (mor) kan ikke huske at de hadde rester da hun vokste opp. I tillegg var hun ikke noe særlig glad i rester, men brødskive var en slager:

«Jeg følte aldri vi hadde rester, det har jeg tenkt på, jeg synes aldri vi hadde, vi hadde jo liksom noe nytt hver dag, så hun var kanskje mye bedre til å beregne og ikke fryse heller, jeg vet ikke, jeg tror bare de var bedre til å bergene hvor mye vi spiste [...] jeg tror det, jahh [...] Kanskje det var pappa som likte å spise opp resten på kvelden [...] men her har vi ofte rester [...] jeg var ikke glad i rester, jeg var glad i skive, åh, vi var grusomt glade i skive, jah [...]» (Kathrine).

Det kommer frem at det var moren som lagde maten da Kathrine vokste opp, og at faren heller tok «ansvar» for å spise opp restene. Dette sier noe om komplementære roller, og en viss grad av kjønnet rollefordeling (Korsvik og Rustad, 2018). I motsetning til hva hans mor var vant med i oppveksten, forteller Kristoffer (sønn) at når han vokste opp så hadde de ofte rester:

«[...] det var nok mye mer reste-middag når jeg bodde hjemme, det var det, jeg tror vi hadde det i kjøleskapet, også lenge det egentlig var rester fra den middagen så tror jeg vi spiste det før vi lagde ny middag, selv om det ikke var like populært hos meg og søskena mine alltid [...]» (Kristoffer).

Dette viser at det har skjedd endringer over tid i Familie K. Likevel er det felles for både Karen, Kathrine og Kristoffer at de ikke liker rester så godt. Restemat oppfyller ikke Familie K sine kriterier for hva som regnes som god mat. Dette sier noe om deres plassering i

«smakshierarkiet», og henger også sammen med deres økonomiske status (Bourdieu, 1995, s. 52). Familie T har ofte rester, og legger dette inn i planen for ukens middager. Turid (bestemor) lager ikke så mye mat til seg selv, men dersom det er rester prøver hun å spise det opp:

«Nei, jeg, jeg prøver å spise de opp [...] nå har jeg sånn pose med suppe med ertesuppe, jeg er ikke så glad i det, men så har det selvfølgelig vært noe som har vært på tilbud, så jeg har jo kjøpt det, så jeg tenkte, jaja, jeg må jo få brukt det, så hadde jeg ertesuppe en dag med noen skiver til, skiver med smør på, også har jeg igjen litt i kjøleskapet, og den har jeg lagd for to tre dager siden, men den står jo et par dager i kjøleskapet, men så, den kommer jeg til å spise i morgen, og med noen skiver til, og blir det noe igjen, så bare.. så bare kaster jeg det bort, for da, for da er det komper på tirsdag [...]» (Turid).

Tilbud på matvarer kan være vanskelig å motstå, og man ender noen ganger opp med å kjøpe varer en kanskje egentlig ikke hadde bruk for (Forbrukerrådet, 2016). Dette sier Turid noe om her. I motsetning til Turid, som ofte ender opp med å spise skive til middag, lager Karen ny middag hver dag. Som tidligere nevnt har Kathrine (mor) som regel alltid rester, og at årsaken er at hun lager litt for mye mat. Hun sier dette om rester: «[...] Det er jo ofte i grunn det vi hiver (rester). Så jeg hev noen poteter i går, og noen poteter som stod i en boks». Forskning viser at måltidsrester er en av de varegruppene forbrukeren kaster mest (Stensgård, et.al., 2018, s. 6). Dette kan kobles opp mot hvilke rester Kathrine sier de ofte kaster. Noen rester gir hun til katten deres, og hun forteller at hun ofte gir han litt kjøttdeig, og at han i går fikk skinke. Det å gi bort restemat til dyr er også noe Karen (bestemor) ofte gjør: «Ehh, hvis jeg har brød kan du si, [...] så gir jeg det til fuglene [...] jeg er ikke så veldig glad i sånne rester så, det hender at jeg kaster det [...]».

Restematen som Karen og Kathrine gir til katten og fuglene går ifølge både Regjeringens og EUs definisjon på matsvinn, i kategorien matsvinn (Regjeringen, 2016, Direktiv 2019/1597/EC om matsvinn). Ut ifra hvordan Karen og Kathrine ordlegger seg, er det mulig at de ikke anser disse restene som matsvinn i samme grad som EU og Regjeringen. Dette kan ha sammenheng med at mennesker tillegger mat ulike verdier, og skaper et bilde på hva som er spiselig mat og ikke spiselig (Simmel, 1996, Hebrok og Heidenstrøm, 2017). Trine (mor) sier at når hun oppbevarer restematen i gjennomsiktede bokser blir det lettere å bruke opp maten:

«[...] også ja, så ofte hvis det er igjen både kjøtt og litt av hvert, så blir det til en liten rett i tillegg til noe brød, enten på kvelden eller neste dag. Ris det bruker jeg gjerne i brøddeig, kokt ris, han lager rislapper av det. Ehm ja.. For akkurat tørt brød, hvis det er

noe rester igjen av noe boller, kaker som begynner å bli litt sånn, så kutter jeg det opp i terninger og lager brødpudding. Det har vi gjort i alle år».

Hos Trine og mannen brukes restene om igjen, og blir til nye retter som de spiser til kvelds eller dagen etter. Også Kristoffer (sønn) forteller at de ofte spiser rester til kveldsmat eller neste dag. Selv om de ofte har rester, forteller han at de sjelden kaster de. Dette står i kontrast til hans mor, Kathrine, som også ofte har rester, men der ender de gjerne opp med å bli kastet. Kristoffer forteller videre at det er vanskeligere å beregne mengde mat når det er selskaper, enn til middager i hverdagen. Dette kan ha sammenheng med hva Graham-Rowe et.al. (2013) skriver om å være en «good provider» (Schanes, et.al., 2018, Aschemann-Witzel et.al., 2015). Når en har middagsgjester ønsker man å vise seg frem som et godt vertskap, blant annet gjennom å lage noe ekstra godt og ved å passe på at det er nok mat (Graham-Rowe, et.al., 2013, s. 20).

Thomas (sønn) beregner det sånn at han har mye rester, og kan ha middag til dagen etter. Hvis ikke lager han såpass lite at det ikke blir rester:

«[...] Av og til så er det litt vanskelig å få spist opp selv, [...] spesielt ting som ikke bare kan spises rent sånn som det står da, eller du skal helst ha noe til det, [...] hvis jeg for eksempel har lagd taco og jeg har mais igjen, [...] så må jeg jo lage alt det andre for å kunne bruke restene der da, da blir det fort at jeg kaster det til slutt da [...] ja jeg kunne jo lage det, men da må jeg til med en hel kabal av opplegg igjen, og det er sånn, skulle vært enkelt for min del da. Og eventuelt at man lagde det til flere da, så jeg merker det, det er litt hinder for meg».

Motivasjon er en faktor som påvirker hvilke valg en ender opp med å ta. Dersom noe anses som tidkrevende eller stress, vil hjernen forsøke å finne enklere snarveier. Det kommer frem av sitat, at Thomas synes noen type rester krever for mye til at det er verdt bryet å forsøke å bruke det opp (Solomon, 2020, s. 338). I tillegg tar han igjen opp dette med å lage mat til seg selv kontra det å lage mat til flere.

Det er ingen av de seks informantene som liker å kaste mat. De har alle en tanke om at dette er noe en bør prøve å unngå. Det er likevel varierende om de kjenner på dårlig samvittighet eller ikke rundt dette. Før i tiden kastet nordmenn mye mindre mat. Dette handler i stor grad om at det var trangere tider og mindre penger. Kathrine (mor) forteller om moren som vokste opp på gård og hva de pleide å gjøre med matsvinn:

«jeg tror ikke det ble kastet mye mat, det tror jeg ikke. Mamma kommer jo fra en gård vet du, alt gikk til grisen (ler). Hvis de kastet noe, nei.. jeg tror nok de, at de var mer forsiktige før, mamma og de [...]».

Andre levekår og økonomisk situasjon gjorde at moren til Kathrine og familien måtte være mer omhyggelige med hva de brukte pengene på (Bugge, 2019). I likhet med Karen, har også Turid (bestemor) har vokst opp med at mat ikke skal kastes:

«Nei, jeg, jeg er vant med at vi skal ikke kaste mat, ja, vi skal ikke kaste mat, men noen ganger, så blir det, sånn som jeg sier, jeg har måttet hive brokkoli, fordi jeg jeg kjøper det til ti kroner, også tenker jeg, jaja, jeg må ha det, for det var jo så billig, også får jeg ikke laget noe mat» (Turid).

Dette med at forbrukeren lar seg friste av butikkens tilbud og ender opp med å kjøpe matvarer de egentlig ikke har behov for har Thomas (sønn) også sagt noe om under handlevaner og pris. Han mener at det er mer økonomisk å ikke handle på tilbud, for man ofte ender opp med å kaste varene (Forbrukerrådet, 2016). Det er imidlertid ikke mye mat som kastes hos Turid (bestemor). Dersom hun har laget middag til seg selv, og ikke har klart å spise opp så skraper hun restene av tallerken, og hvis det er noe poteter igjen kan hun ha det dagen etterpå:

«[...] det er jo ikke mye mat jeg kaster for jeg lager jo ikke mye mat til meg selv. Det blir lite mat jeg lager. Jeg lager sånn at jeg tenker, ja dette kan jeg ha en eller to dager. Så når ikke jeg har noe mange rundt meg som jeg lager mat til så blir det ikke så mye rester» (Turid, bestemor).

Motivasjonen for å lage mat er ikke den samme som når man samler flere til et måltid (Solomon, 2020). Det blir til at en lager mindre mat. Når jeg spør Turid om det er noen type mat hun synes det er mindre farlig å kaste, svarer hun: «Nei, jeg tenker ikke det, for jeg tenker er det noe som har gått ut og, er det noe som jeg føler er dårlig, så er det samme hva slags mat det er, så jeg tenker ikke noe på det».

Av de seks informantene er det Kathrine (mor) som misliker det å kaste mat mest. Hun sier at å kaste mat er noe hun ikke liker, og hun gjentar dette to ganger. Trine (mor) prøver å kaste så lite mat som mulig. Hun jobber også frivillig i en organisasjon som deler ut mat:

«[...] Også lager vi sånn 70-80 matposer, hver mandag. Så det er jeg med på annenhver mandag. Så det også, jeg liker den tankegangen, ikke kast den maten, gi den til noen som trenger det, jeg vil være med å gjøre en innsats» (Trine).

For noen handler det å minske matsvinn om bekymringer for miljø. For Trine (mor) handler det mer om en tankegang om veldedighet og gi til de som ikke har så mye. For Thomas (sønn) handler den dårlige samvittigheten i forhold til matsvinn om personlige bekymringer som økonomisk tap (Schanes, et. al., 2018). Som tidligere nevnt, henger kasting av mat for Thomas (sønn) sammen med «skikkelig dårlig økonomi», og at pengene heller kan brukes til andre formål.

Berger og Luckmann (2015) skriver om hvordan mennesker skaper og skapes av samfunnet, og at virkeligheten er sosialt konstruert. Forbrukerens holdninger og verdier er derfor ikke de samme gjennom hele livet. De vil endres og påvirkes av samfunnet og signifikante andre.

Synet på å kaste mat hos informantene kan derfor ha endret seg siden de var yngre, eller det kan være det samme. Dette var noe jeg ønsket å finne ut av, og spurte de om de tenker at dere syn på mat har endret seg siden de vokste opp. For Kathrine (mor) har synet på å kaste mat alltid vært det samme. Hun forteller: «[...] jeg tror alltid jeg har vært sånn at jeg ikke liker å kaste mat» (Kathrine, mor). Kristoffer (sønn) har derimot opplevd en endring i hvordan han ser på det å kaste mat:

«Når jeg var yngre så ville jeg jo helst sikkert bare kaste mat bare det så ekkelt ut, selv om det ikke var det. Nå vet jeg jo bedre. Så jeg vet jo at, jeg var veldig kresen før og, nå går ting bedre å spise [...] hvis det var restemiddag som lå i saus, som ligger i kjøleskapet, så er det jo ofte at det har skilt seg litt fett, da ville ikke jeg ha det (små ler litt) [...] Nå går det helt fint!» (Kristoffer).

Tidligere ville Kristoffer (sønn) ha kastet mat dersom han mente det så litt ekkelt ut. Han sier noe om at nå vet han bedre. Endringene kan tyde på at han har en annen kunnskap, og at hans verdier, holdninger og preferanser har endret seg. I tillegg er han for tiden arbeidssøkende og han blir snart far for første gang. Dette sier noe om at han er i en annen livsfase og at forholdet til mat endres i takt med alder og livssyklus. Det er dette Beardsworth og Keil (1997) kaller «nutritional career».

Trine (mor) sier noe om at etter hvert som man blir eldre så blir man mer bevisst på konsekvensene av å kaste mat:

«[...] jeg tenker med alderen så blir man mer bevisst rundt det, for det handler noe om modenhet og, men både jeg og min mann kommer fra familier som har vært veldig nøysomme og flinke egentlig med matsvinn» (Trine, mor).

I likhet med Kristoffer, reflekterer Thomas (sønn) over endringer, og sier at han har blitt mer «åpen» for å kaste mat. Når jeg spør om synet hans på å kaste mat har endret seg siden oppveksten svarer han:

«Ja, ja litt tror, og jeg tror nesten det er mer motsatt vei, at det faktisk er litt mer greit nå, enn når jeg var yngre da, for da så jeg på det som nesten helt forbud.. ikke helt forbudt, men altså sånn, ikke greit i det hele tatt, og nå er på en måte sånn, bare ikke greit».

Det har skjedd en utvikling i Thomas sitt syn på det å kaste mat.

Dårlig samvittighet

Som analysen tidligere har vist er det ingen av de intervjuede familiemedlemmene som liker å kaste mat. Dette sier noe om at nøysomhet fortsatt er en dyd som verdsettes, mens sløsing er noe som bør unngås. Forskning viser at forbrukeren generelt er bekymret og føler dårlig samvittighet for å kaste mat, men at dette oftere knyttes opp mot personlige tap (økonomi) enn bekymringer for miljøet (Schanes et.al., 2018). Bortsett fra Kathrine (mor), er det ingen av informantene som føler på dårlig samvittighet for å kaste mat. Karen (bestemor) sier at hun kaster så lite, og det får hun ikke dårlig samvittighet for:

«Jeg har ikke vond samvittighet for det lille jeg kaster, det har jeg ikke. Så det brødet som jeg har, det spiser fuglene, og de må ha mat de også, [...] du forsøker jo, opp gjennom årene så har en jo forsøkt å bruke opp maten som, det har en jo, såå, ikke la det stå og bli ødelagt».

Turid (bestemor) sier også noe om at hun kaster lite mat, og at dette ikke er noe hun kjenner på dårlig samvittighet for:

«Nei, ikke så lite som jeg kaster holdt jeg på å si. Da tenker jeg at nei, det må jeg bare få vekk, jeg orker ikke å ha det, sååå. Ja, kjenner og kjenner, det er klart at du tenker på de i utlandet som ikke har mat i det hele tatt, de går jo i søpla og leter etter mat, så det er klart at hadde de fått det jeg kaster så hadde de blitt kjempeglade, men men, det er ikke mye jeg kaster altså».

Tidligere har Turid sagt at hun kommer fra en religiøs familie, og her skinner verdier som medmenneskelighet og nestekjærighet frem. I tillegg sier Turid at hun kaster lite mat, det samme gjelder Karen. Dette stemmer over ens med Stensgård et.al. sin forskning fra 2018. De kommer frem til at pensjonister og de som er i permisjon kaster minst mat (s. 49). Dette handler både om at de har god tid, men for Turid kan det også ha en sammenheng med en dårlig pensjon. Kathrine (mor) kjenner i motsetning til Turid på vonde følelser når hun kaster mat:

«Forferdelig dårlig samvittighet. Jeg synes det er forferdelig å hive mat, [...] jeg tenker det er penger rett ut i søpla, vi kunne jo latt være å kjøpe det, så det er mer at du planlegger litt mer innkjøpene tenker jeg, og kjøper det du vet du trenger, og ikke bare kjøpe en hel haug fordi at du skal [...] jeg ser jo min mann han kjøper jo creme fraiche og fløte, jeg sa det til han, nå må du ikke kjøpe mer lettrømme og creme fraiche, vi har sju bokser av de (ler godt) hva skal jeg bruke de til, de går ut på dato, så jeg har [...] hva skal du ha de til, jammen jeg bruker de i saus, jammen vi trenger jo bare en, så, så nå, sist gang, til jul, så tok jeg det med opp på hytta, så bare lagde en haug med vaffelrøre, også frøs jeg det ned. Så prøve jo å bruke det til [...] nei, ja.. men det er jo litt tidsklemma også at du ikke alltid orker å bruke så mye tid på matlaging når du kommer hjem fra jobb [...]».

Det kommer frem at den dårlige samvittigheten Kathrine føler på henger sammen med penger og økonomi, ikke klima og miljø. Dette stemmer overens med tidligere forskning (Schanes, et.al., 2018). Trine (mor) kjenner ikke på dårlig samvittighet i like stor grad som Kathrine:

«nei, jeg.. av og til litt kanskje, men så må jeg, ja, til jul så kjøpte vi inn litt mye, og det, vi pleier ikke kjøpe inn så mye til jul, men nå var det veldig sånn at de fra Oslo de må få sånn gode oster, vi må gjøre det sånn at de trives og får mye mat, også spiste de ikke så mye av alt dette [...] det er jo litt vanskelig å beregne noen ganger, så da måtte vi kaste litt av de ostene, og da kjente jeg litt sånn, og nei, hvorfor kjøpte jeg inn så mye av det, ja det synes jeg var vondt, eller det var ikke godt hvertfall!» (Trine, mor).

Trine sier ikke direkte at hun får dårlig samvittighet, men måten hun ordlegger seg på tilsier likevel at det å kaste mat er noe hun ikke liker. Når det var juleferie og barna hennes kom hjem, ble det ekstra viktig å varte opp med god mat. Ved å kjøpe nok mat til de man er glad i, er det en måte å uttrykke og bekrefte sin identitet som en «good provider». Ønsker om å ta vare på de rundt seg kan føre til at man kjøper inn for mye mat, og ender opp med å kaste det slik som Trine (mor) forteller her (Schanes, et.al. 2018, Graham-Rowe, et. al., 2013). Når jeg snakket med Thomas (sønn) sier han noe om at hvis han skal ha dårlig samvittighet, burde hvertfall butikker og restauranter ha det:

«[...] det er jo helt klart at alle bør, spesielt i forhold til klima og sånn, så bør jo alle kaste så lite mat som mulig, men i forhold til hva butikkene kaster, i forhold til hva restauranter kaster, i forhold til bare store bedrifter kaster, det er så lite egentlig, så det blir, altså sånn, man får prøve så godt en kan selvfølgelig, men altså, hvis jeg skal ha dårlig samvittighet, så skal hvertfall de ha dårlig samvittighet, [...] og når jeg ikke føler de har det, så tenker jeg at jeg har ikke så særlig grunn til å ha det selv, det er litt argumentet jeg sier til meg selv da. Så spør det jo hvor holdbart det er da, men [...] for da tenker jo de sikkert det samme, men allikevel jeg har et poeng en eller annen plass».

Han tar avstand fra å kaste mye mat og dårlig samvittighet rundt dette, ved å vise til hvor mye mat butikker kaster. Det virker som at han legitimerer sin manglende dårlig samvittighet gjennom å peke på næringslivet og deres matsvinn.

Hvordan har oppvekst påvirket synet på matsvinn?

Synet på mat og matsvinn påvirkes av oppvekst og sosialisering. Hva du har lært av dine signifikante andre, og samfunnet generelt vil ha innvirkning på hvordan du forholder deg til mat og matsvinn. Gjennom sosialisering internaliseres normer og verdier i samfunnet, og man lærer hvordan man skal opptre i de sosiale rollene man befinner seg i (Beardsworth og Keil, 1997, s. 54). Prosessen med å sosialisere et menneske inn i «matverdenen» begynner i tidlig barndom. Et av spørsmålene jeg stilte informantene var hvordan de tror oppveksten har påvirket synet deres på matsvinn. Til dette svarer Karen (bestemor):

«Det var ikke noe matsvinn når vi vokste opp, vi var så mange at maten bare forsvant (Begge ler), såå og, hvis det var matavfall kan du si, potetskall og alt sånn, så fikk kuene det [...]».

Dette peker på at Karen vokste opp i en annen tid hvor forholdet til mat og matsvinn var annerledes i dag. Det at hun er vokst opp på gård setter også sine spor. Trine trekker frem religion som en påvirkningsfaktor fra oppveksten:

«Ehh hva skal jeg si, ehh, ja, det er jo gode forbilder med at ja, vi skulle ikke, vi skulle ta vare på maten, og jeg var jo vant med, langt oppe på landet, vi hadde jo katter, så det vi ikke spiste selv heller ga vi jo til katten [...] Også tenker jeg litt sånn kristent livssyn også med at du skal være takknemlig til Gud og være takknemlig for maten vi har fått, forvalte det [...] Ønske at alle i verden hadde godt med mat, og [...] vi må forvalte det vi har og ikke sløse. Og prøve å hjelpe, dere (moren) har jo vært både rause og gjestfrie, så det gikk ikke på det om en ikke hadde så mye, så skulle en, hva skal jeg si, velsigne og hjelpe andre så godt en kunne. Det tenker jeg påvirker meg nå, et livssyn der du forvalter og tenker at [...] sånn ja..» (Trine).

Trine har vokst opp i en kristen familie. Innenfor kristendommen har det å kaste mat vært ansett som en synd. Motivasjonen for å ikke kaste mat er dermed delvis religiøst forankret hos Trine (Aschemann-Witzel et.al. 2015). Fra Trine til Thomas (sønn) ser man en utvikling i verdier. Han nevner ikke religion:

«[...] nei, jeg tror vi, vi har jo hatt et forhold der man skal helst ikke kaste mat på en måte, ehh.. til dels ugreit på en måte å kaste det, [...] noe jeg har fått inn da i oppveksten, man skal ikke kaste mat, det er litt sånn vi er veldig heldige som bor i Norge, og det å liksom kaste mat når så mange ikke har mulighet til å spise seg mett, det er litt sånn frekt på en måte [...]» (Thomas).

Thomas trekker ikke inn religion slik som moren. Han snakker om verdier som nestekjærlighet og medmenneskelighet. Kristoffer (sønn) reflekterer over at foreldrenes tanker og verdier (mat skal spises opp) har vært med på å påvirke han, uten at han har tenkt over det:

«... mamma og pappa var alltid på at vi må spise opp mat, det var nok heller det at jeg ville ha fersk middag, som gjorde at vi ikke ville ha det, men vi spiste jo mye middagsrester fra dagen før og sånne ting, det gjorde vi. Jeg tenker jo at det har vært med å påvirke meg, at det er viktig å spise det opp. Det har nok det. Kona mi er også veldig på det, at vi ikke må kaste for mye mat. Vi har sikkert blitt påvirket utenat jeg tenker over det» (Kristoffer).

4.8 Oppsummering av Mat og bærekraft

Det er ingen av de seks informantene som liker å kaste mat. Det er ulike begrunnelser for å ikke kaste mat. Både Kathrine (mor) og Thomas (sønn) kobler matsvinn opp mot økonomi. Det å kaste mat er som å kaste penger rett i søpla. Turid (bestemor) og Trine (mor) trekker inn religion og et kristent lyssyn. Deres syn på å kaste mat bærer preg av religiøse verdier (Aschemann-Witzel, et.al., 2015). Det er ingen av informantene som trekker klima og miljø inn som et argument for å ikke kaste mat.

Forskning viser at familier med lite tid og høy inntekt er de som kaster mest, mens de med mye tid og lav inntekt kaster minst. Forbrukere under 40 år kaster mest, mens de over 65 år er de som kaster færrest matvaregrupper. Pensjonister eller personer i permisjon, er de som oftest oppgir å kaste lite mat. Dette sier noe om at tid er et viktig aspekt for å kaste lite mat (Stensgård, et.al., 2018). Som sagt, forteller alle informantene at de kaster lite mat. Mitt datamateriale bekrefter at Karen (bestemor) og Turid (bestemor) kaster minst. De er enusholdning og sier de lager små porsjoner med mat til seg selv.

Det varierer hva informantene velger å gjøre med varer som er gått ut på dato. Generelt opplever de en større trygghet på egne vurderinger i forhold til matens spiselighet relatert til tørrvarer sammenliknet med ferskvarer. Dette samsvarer med hva Hebrok et.al. kom frem til i sin undersøkelse i 2018. Tidligere forskning viser at forbrukerne er usikre på egen vurderingsevne når det kommer til matens spiselighet (Hebrok, et.al., 2018, s. 7-8). Informantene i dette prosjektet mener alle at de har nok kunnskap til å kunne vurdere om maten er spiselig eller ikke. Likevel tilsier utsagn som: «det tror jeg» og «jeg googler», at informantene opplever en viss usikkerhet rundt egne vurderingsevner. Alle informantene mener de har nok kunnskap til å gjøre vurderinger av matens spiselighet. Det faktum at ingen av de trekker inn klima og miljø i forbindelse med matsvinn, tyder kanskje på at det likevel er et behov for mer kunnskap rundt temaet (Knutsen og Hebrok, 2019, Stensgård, et.al., 2018).

5. Avsluttende drøfting

I denne masteroppgaven har jeg tatt for meg følgende problemstilling: «Hvilket syn har tre generasjoner på mat, innkjøp av mat og matsvinn?». I analysen har jeg utforsket likheter og forskjeller i synet på mat, handlevaner, pris, måltidsvaner og matsvinn innad i de tre generasjonene, og mellom de to familiene. I dette kapittelet ønsker jeg å oppsummere de seks informantenes syn på mat, innkjøpt av mat og matsvinn, og hva jeg har kommet frem til i dette prosjektet. Denne avsluttende drøftingen er bygget opp med utgangspunkt i Berger og Luckmanns (2015) teori om den samfunnsskapte virkelighet og Bourdieus kapitalbegrep.

5.1 Endring og videreføring av matvaner og verdier

Berger og Luckmann (2015) skriver at virkeligheten er sosialt konstruert, og at dette skjer i et samspill mellom individ og samfunn. Virkeligheten konstrueres og endres gjennom en dialektisk prosess hvor individ og samfunn er gjensidig avhengig av hverandre. Et av mine hovedfunn omhandler prosessen Berger og Luckmann omtaler. Gjennom analysen blir det tydelig at både individet og samfunn påvirker informantenes syn på mat og matsvinn. Et eksempel på dette er hvordan Trine som ung hadde noen psykosomatiske utfordringer med mat. En del av dette hadde sammenheng med hun som individ, samtidig sa Trine noe om at det også var påvirket av foreldrene. Etter hvert som Trine ble eldre har hennes forhold til mat utviklet seg, og hun har fått en interesse for å være kreativ med mat. Her kan samfunnet ha påvirket hva slags mat hun lager: pasta, pizza og bananbrød er noe av det hun lager. Et annet eksempel er Kristoffer (sønn) som var kresen som barn. Han lagde lite mat, og ønsket heller ikke å lære. Han er nå blitt eldre og er i en annen livsfase hvor han snart blir pappa. Dette gjør at samfunnet har andre forventninger til han. Dette kan ha vært medvirkende til at Kristoffer nylig begynte å ta ansvar for å lage middag i ukedagene.

Det har de siste årene blitt trendy å bry seg om miljø, og ved å være miljøbevisst viser man til omverdenen at man bryr seg, og det henger sammen med hvem man ønsker å assosiere seg med (Bourdieu, 1995). Informantene har i mindre grad internalisert samfunnets verdier og forventninger om miljø og bærekraft (Berger og Luckmann, 2015). Det er ingen i de to familiene som forankrer at man ikke skal kaste mat i klima og miljø. Samtidig er ingen av familiene tilhengere av å kaste mat, de bruker bare andre begrunnelser. Reduksjon av matsvinn forankres i økonomiske og religiøse verdier (Schanes, et.al., 2018, Aschemann-Witzel et.al., 2015, s. 6469). Et av mine hovedfunn er dermed at informantene fremstår som

relativt lite miljøbevisste. I stedet for at deres mat og handlevaner styres av hva som er best for miljø, stiller vaner, pris og personlige preferanser sterkere.

Noe som derimot til en viss grad er blitt internalisert i Familie K og Familie T er likestilling mellom kjønnene og matlaging. Datamaterialet viser en utvikling fra de to bestemødrene som sto fro matlagingen, til Kathrine og Trine som deler dette arbeidet med sine menn, og Kristoffer som lager i ukedagene, mens Thomas bor alene og må stå for maten. Før hadde man mer tid til matlaging, og mer tid til å samles til de ulike måltidene. De to bestemødrene (Karen og Turid) forteller om en oppvekst der deres mødre ikke var i jobb og hadde god tid til husarbeid. At kvinnen hovedsakelig er ansvarlig for matlagingen har vært et likhetstrekk i de fleste samfunn, og er det fortsatt den dag i dag (Korsvik og Rustad, 2018, s. 23). Mødrene hadde alltid middagen klar, og de forteller om en oppvekst hvor de fleste måltider ble spist i fellesskap. I dagens samfunn er det vanlig at begge foreldre er yrkesaktive, noe som igjen har ført til knappere tid til matlaging og måltider (Bugge, 2019, s. 400). Disse samfunnsendringene legger føringer for familiens vaner og rutiner, og det kommer frem at det lages enklere middager og ikke disse store tradisjonelle middagene. I tillegg kommer det viser analysen at frokostmåltidet nedprioriteres, særlig i ukedagene. Når helgen kommer, har informantene lengere frokoster og de bruker mer tid på mat. Forskning viser at tid er den faktoren som i størst grad påvirker hvor mye mat som kastes (Stensgård, et.al., 2018, s. 49).

Det ser ut til at man er på vei tilbake til at det har blitt trendy å lage mat fra bunnen av. Ord som fermentering, sylting, kaldheving og langtidsheving er matord som Bugge (2019) finner i dagens ordforråd (s. 466). De seks intervjuede lager hovedsakelig mat fra bunnen av, og kjøper svært lite ferdigmat. Dette tyder på at hjemmelaget mat er noe som fortsatt verdsettes blant mine informanter. De to bestemødrene, Karen og Turid, lever slik, og de har gjort dette før det ble trendy, fordi det for dem var en nødvendighet.

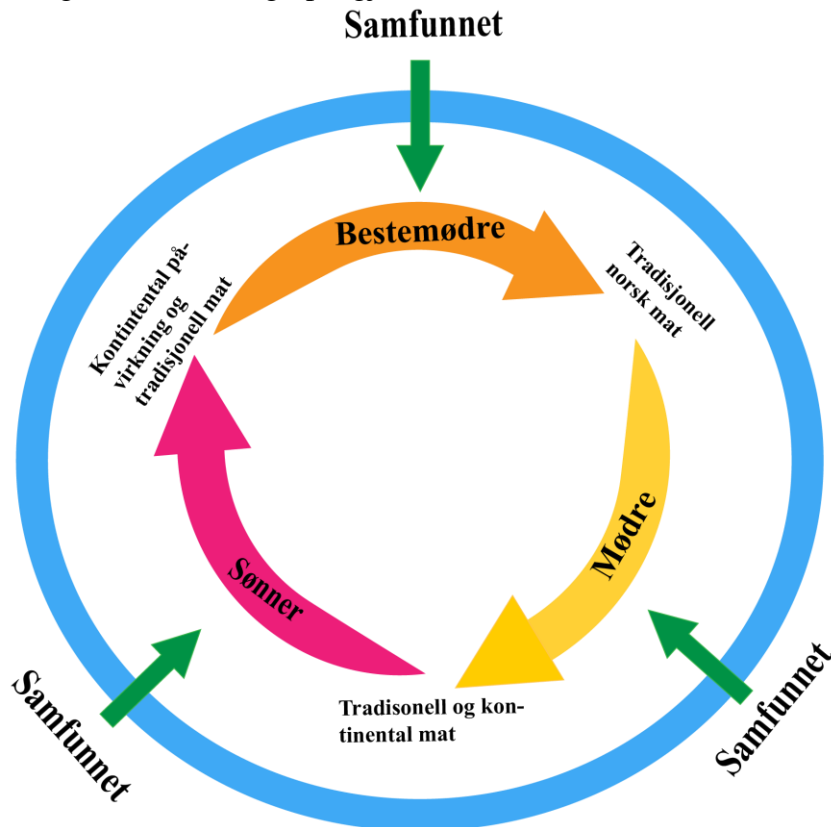
Både Turid (bestemor), Thomas (sønn) og Kristoffer (sønn) gir uttrykk for at matlaging og måltider alene ikke er like givende og motiverende som i fellesskap med andre. Det at alle tre trekker frem dette sier noe om hvor viktig det sosiale aspektet ved mat og måltider er for individet (Simmel, 1996). Berger og Luckmann (2015) skriver at mennesket er like mye homo sapiens, som homo socius (s. 67). Mennesker har konstruert en sosial dimensjon rundt inntak av mat. Dette handler om at fra naturens side er mennesket avhengig av næring for å overleve.

På bakgrunn av at mennesket er sosiale vesener som konstruerer og konstrueres, har det blitt skapt ulike måltidsvaner, ritualer og rammer rundt inntak av mat.

Mat, sosialisering og generasjonsdialektikk

Synet på mat, innkjøp av mat og matsvinn henger sammen med sosialisering, økonomisk, kulturell og sosial kapital. Studien min viser hvordan synet på mat både gradvis endres gjennom tre generasjoner. Mens noen måltidsvaner, synet på pris versus kvalitet og tanken om at det å kaste mat ikke er greit fastholdes, endres handlevaner, synet på rester og matvaner.

Datamaterielt har vist endringer i matvaner gjennom de tre generasjonene. Bestemødrene spiser mye tradisjonell norsk mat, mens mødrene er mer kontinentale, det samme gjelder de to sønnene. Samtidig som Karen og Turid lager mye tradisjonell mat, ser jeg også en påvirkning fra dagens mer moderne matkultur. Turid lager for eksempel pizzaboller og Bountykake. Nyere matretter kan også ha vært påvirket fra deres barnebarn. Dette viser hvordan de tre generasjonene påvirker hverandre, samtidig som samfunnet også setter spor. På bakgrunn av disse funnene har jeg utviklet begrepet «generasjonsdialektikk». Jeg har valgt å lage en modell på dette, og vil forklare begrepet gjennom modellen:



Figur 3 Modell som viser "generasjonsdialektikk"

Modellen baserer seg på Berger og Luckmanns (2015) teori om sosial konstruksjon og den dialektiske prosessen: internalisering, eksternalisering og objektivisering. De to familiene påvirker hverandre gjensidig med sine matvaner og endringer. Modellen viser hvordan det i Familie K og Familie T er en «generasjonsdialektikk».

Den dialektiske prosessen kommer også frem i forbindelse med de to familienes syn på pris versus kvalitet. Hvilken smak mennesker har sier noe om hvem de er, og hvilken klasse de kan plasseres innenfor. Bourdieu (1995) skriver at «smak klassifiserer, og smak klassifiserer den som klassifiserer» (s. 52). Familie K velger bort billigmerker som First Price. De distanserer seg fra det billige, og ønsker å identifisere seg med kvalitetsvarer og merkevarer som har høyere pris. Hvilken mat de spiser reflekterer deres økonomiske kapital, og hvor de plasserer seg i det sosiale rommet.

Familie T tar heller avstand fra de som sløser med penger, er ofte ute og spiser og handler alle varer til full pris. Denne «smaken» påvirkes blant annet av at de har en annen økonomisk kapital enn Familie K. På bakgrunn av deres smakspreferanser kan familiene beskrives som: Familie Nytelse og Familie Nøysomhet. Verdiene i Familie K om nytelse, kos og kvalitet på varer går igjen i de tre generasjonene. Det samme gjelder nøysomhet, fornuftig forbruk og det å være prisbevisst i Familie T.

De to familiene har bestemte spilleregler. Dette henger sammen med hvordan mennesket skaper en virkelighet i samspill med andre. Når disse verdiene og vanene overføres mellom generasjoner styrker det individets virkelighetsforståelse, fordi man til slutt ser virkeligheten man har konstruert som en objektiv størrelse (Berger og Luckmann, s. 74).

Familiene skiller seg også fra hverandre ved at Familie K har tydeligere vaner og rutiner enn Familie T. De har faste matvaner i helgene med matretter som pizza, reker og lasagne. Hos Kathrine spises middagen på en fast plass (kjøkkenbordet) og de dekker alltid på. Kristoffer har fast handledag på torsdager og bestemor Karen har som regel havregrøt med blåbær til frokost, og fisk til middag. I Familie T vokste Turid (bestemor) opp med tydelige rammer og alltid bordbønn til maten. Som vi har sett er ikke dette et rituale hun har videreført, men samtidig har hun fastholdt disse andre måltidsrammene.

Mat og kjønn

Empirien har også vist endringer i kjønnsroller. Ifølge informantene er mennene blitt mer aktive bidragsytere når det gjelder matlaging, men det er fortsatt en arbeidsdeling mellom kjønnene. Et eksempel på dette er organisering av hvem som lager i middag hos Kristoffer og kona. Han har ansvar for dette i ukedagene, mens hun lager i helgene. Ukedagene er preget av større grad av effektivitet og fokus på sunn og enkel mat. I helgene derimot, er det et større fokus på nytelse og kos, og ta seg god tid til måltidene. Et annet eksempel er rollefordelingen ved helgefrokosten hos Trine og mannen. Han står opp litt tidligere enn henne, og har satt frem tradisjonelle pålegg som syltetøy, ost og fårepølse. Hun tar ansvar for det sunne: paprika, salat og agurk. Dette er to eksempler på hvordan arbeidsdelingen fortsatt bærer preg av å være kjønnnet. I tillegg sier det noe om hva som anses som maskulint og feminint. Kjøtt og tradisjonelle pålegg er hva mannen tok frem, mens kvinnen fant frem det sunne, fargerike og det lille ekstra (Beardsworth og Keil, 1997).

Mat og bærekraft

Det fjerde hovedpoenget jeg ønsker å løfte frem er familienes manglende fokus på bærekraft. Det er en tydelig verdi hos alle seks at det er galt å kaste mat. Likevel er det ingen som kopler begrunnelsene for ikke å kaste mat opp mot miljø og bærekraft. Det er i stedet økonomi og religion som påvirker hva mine informanter tenker om matsvinn bærekraft (Aschemann-Witzel et.al., 2015, s. 6469). Dette tyder på at samfunnets verdier og forventinger til forbrukeren ikke er internalisert hos de to familiene. I Familie T trekkes religion og et kristent livssyn inn som begrunnelse for å unngå matsvinn. Det kan sies å ha gått fra at det er synd å kaste mat hos den eldste generasjonen, til dårlig samvittighet for å kaste mat og videre til at det er uøkonomisk å kaste mat hos den yngste generasjonen. Dette viser en utvikling i begrunnelsene mellom de tre generasjonen i synet på matsvinn.

5.2 Konklusjon og behov for videre forskning

I likhet med Stensgård, et.al. (2018) og Knutsen og Hebrok (2019) viser min analyse et behov for økt kunnskap rundt miljø, bærekraft og matsvinn hos både Familie K og Familie T. Med fagfornyelsen som trådte i kraft høsten 2020 kom også bærekraft inn som et tverrfaglig tema i skolen. Gjennom dette temaet skal elevene blant annet lære dette:

«Gjennom arbeid med temaet skal elevene utvikle kompetanse som gjør dem i stand til å ta ansvarlige valg og handle etisk og miljøbevisst. Elevene skal få forståelse for at handlingene og valgene til den enkelte har betydning. Temaet rommer problemstillinger knyttet til miljø og klima, fattigdom og fordeling av ressurser, konflikter, helse, likestilling, demografi og utdanning. Elevene skal lære om sammenhengen mellom de ulike aspektene ved bærekraftig utvikling». (Kunnskapsdepartementet, 2017).

Med dette som mål for hva elevene skal lære, kan man håpe at fremtidige generasjoner vil få økt kunnskap om mat og bærekraft.

Dette er en kvalitativ studie av seks informanternes syn på mat, innkjøp av mat og matsvinn. Studien har både vist interessante endringer, men også videreføringer av verdier på tvers av generasjonene. Videre har også studien vist at de to familiene skiller seg fra hverandre, noe som kan handle om ulik økonomisk, kulturell og sosial kapital. Jeg har utviklet begrepet «generasjonsdialektikk» som et analytisk begrep for å forklare endringene mellom generasjonene.

Det ville vært interessant å inkludere generasjonsperspektivet i studier som inkluderte flere familier og som også studerte familier med ulike geografisk tilhørighet. I tillegg ville det spennende og se på forskjeller og ulikheter mellom familier fra arbeiderklassen, middelklassen og overklassen, og om synet på mat, innkjøp av mat og matsvinn utvikler seg forskjellig i ulike klasser. Som kommende lærer ville det også være spennende å få elever til å kartlegge mat og matvaner i egen familie som et ledd i arbeidet med bærekraftig utvikling i samfunnsfag.

6. Litteraturliste

- Amilien, Virginie. 2007. "Norske matvaner mellom produksjon, forbruk og politikk." I Mat edited by Lars Berntzen and Camilla Danielsen, s. 63- 73. Oslo Idehistorisk tidsskrift ARR
- Anker, Trine. 2020. Analyse i praksis: en håndbok for masterstudenter. 1. utgave, 1. opplag. ed. Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Attenborough, D. (Fortellerstemme). (2019). *Our Planet* (TV-program). Hentet fra <https://www.netflix.com/search?q=our%20pla&jbv=80049832>
- Barne- og familiedepartementet. (2019). *Framtidas forbrukar – grønn, smart og digital*. (Meld. St. 25 (2018-2019)) Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-25-20182019/id2652960/>
- Beardsworth, A. Teresa, K. (1997). *Sociology on the Menu: An Invitation to the Study of Food and Society*. London: Taylor & Francis Group.
- Berger, P. L. og Luckmann, T. (2015). *Den samfunnskapte virkelighet* (6.utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Berger, P. L. Luckmann, T. (1992). *Den samfundsskabte virkelighed : en videnssociologisk afhandling*. (2. utg.) ed, *The social construction of reality*. København: Lindhardt og Ringhof.
- Bjerrum Nielsen, Harriet, and Monica Rudberg. 2006. *Moderne jenter: tre generasjoner på vei*. Oslo: Universitetsforl.
- Bourdieu, P. (1995). *Distinksjonen: en sosiologisk kritikk av dømmekraften*. Oslo: Pax forlag
- Bugge, A. B. (2019). *Fattigmenn, tilslørte bondepiker og rike riddere : mat og spisevaner i Norge fra 1500-tallet til vår tid*. Oslo: Cappelen Damm akademisk
- Crist, E. (2019). *Abundant Earth: toward an ecological civilization* (1.utg). Chicago: University of Chicago Press
- Datoskrek. (2021, 29. mai). I det norske akademis ordbok. Hentet fra

- <https://naob.no/ordbok/datoskrekke>
- EAT. (2020). *The World's Food System in Need of 'Dugnad'*. Hentet fra <https://eatforum.org/learn-and-discover/the-worlds-food-system-in-need-of-dugnad/>
- Efron, Z. Olien, D. (2020). *Down to Earth with Zac Efron* (TV-program). Hentet fra <https://www.netflix.com/search?q=down%20to%20e&jbv=80230601>
- EU FUSIONS, (2016). About FUSIONS. Hentet fra <https://www.eufusions.org/index.php/about-fusions>
- EU FUSIONS. (2016). Food waste definition. Hentet fra <https://www.eu-fusions.org/index.php/about-food-waste/280-food-waste-definition>
- Europakommisjonens direktiv 2019/1597/EC av 3. mai 2019 supplement til direktiv om definisjon på mat og matsvinn og hvordan måle matsvinn
- FN-sambandet. (2020, 13. august). Ansvarlig forbruk og produksjon. Hentet fra <https://www.fn.no/om-fn/fns-baerekraftsmaal/ansvarlig-forbruk-og-produksjon>
- FN-sambandet. (2020, 20. februar). Parisavtalen. Hentet fra <https://www.fn.no/omfn/avtaler/miljoe-og-klima/parisavtalen>
- Forbrukerrådet. (2016). *Handlevaner og holdninger til mat og holdbarhet*. Hentet fra <https://fil.forbrukerradet.no/wp-content/uploads/2016/09/rapport-handlevaner-og-holdbarhetsdato-2016.pdf>
- Frazer, J. (1890). *The Golden Bough: A study in comparative religion*. Le Rameau d'or, Laffont, reprinted 1981
- Graham-Rowe, E. Jessop, D.C. Sparks, P. (2014). "Identifying motivations and barriers to minimising household food waste." *Resources, conservation and recycling* 84:15-23. doi: 10.1016/j.resconrec.2013.12.005.
- Gullestad, M. (1984). *Kitchen-table society*. Oslo: Universitetsforlaget

- Hagemann, G. (2015, 25. november). Norge blir et forbrukersamfunn. Hentet fra <https://www.norghistorie.no/velferdsstat-og-vestvending/1809-norge-blir-et-forbrukersamfunn.html>
- Harrelson, Woody (Fortellerstemme). (2020). *Kiss the Ground* (TV-program). Hentet fra <https://www.netflix.com/search?q=kiss%20the%20&jbv=81321999>
- Hebrok, M. Heidenstrøm, N. (2017). *Maten vi kaster- En studie av årsaker til og tiltak mot matsvinn i norske husholdninger* (SIFO rapport 1/2017). Hentet fra https://www.matvett.no/uploads/documents/FR-1-2017-Maten-vi-kaster-SIFO-Fagrappport-1-2017_-Hebrok-og-Heidenstrom.ISBN-1.pdf
- Hebrok, M. Steinnes, K.K. Heidenstrøm, N. Tangeland, T. (2018). *Spise eller kaste? Om hvordan forbrukerne gjør vurderinger av matens spiselighet, og betydningen av holdbarhetsmerking for matsvinnet i norske husholdninger*. (10:2018). Oslo: Forbruksforskningsinstituttet SIFO
- Hægermark, W.A. (2020, 20. Mai). Holdninger, mat- og handlevaner i koronatid. Hentet fra <https://nofima.no/nyhet/2020/05/holdninger-mat-og-handlevaner-i-koronatid/>
- Høberg, E, N. (2021, 8. februar). Gomme (melkerett). Hentet fra [https://snl.no/gomme -_melkerett](https://snl.no/gomme_-_melkerett)
- Jacobsen, D.I. (2015). *Hvordan gjennomføre undersøkelser?: innføring i samfunnsvitenskapelig metode* (3.utg.). Oslo: Cappelen Damm akademisk
- Johannessen, A. Christoffersen, L. Tufte, P.A. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (5.utg.). Oslo: Abstrakt
- Kaupang, M.M. (2021, 29. mai). Det handler om å skape kontakt. *Østlandsposten*, s. 4-5
- Klima- og Miljødepartementet. (2017). *Avfall som ressurs – avfallspolitikk og sirkulær økonomi* (Meld. St. 45 (2016-2017)) Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-45-20162017/id2558274/>

- Korsvik, T.R. Rustad, L.M. (2018). Hva er kjønnsperspektiver i forskning? Eksempler fra tverrfaglige forskningsområder. Hentet fra https://kjonnsforskning.no/sites/default/files/hva_er_kjonnspektiver_i_forskning_r_ogg_korsvik.pdf
- Kunnskapsdepartementet (2017). Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnopplæringen. Fastsatt som forskrift ved kongelig resolusjon. Læreplanverket for Kunnskapsløftet 2020. Hentet fra <https://www.udir.no/lk20/overordnet-del/prinsipper-for-laring-utvikling-og-danning/tverrfaglige-temaer/2.5.3-barekraftig-utvikling/?lang=nob>
- Kvale, S. Brinkmann, S. (2015). Det kvalitative forskningsintervju (3.utg.). Oslo: Gyldendal akademisk
- Meadows, D. H. Randers, J. Meadows, D. L. (1972). The Limits to Growth. I L. Robin, S. Sörlin, P. Warde (Red). *The future of nature* (s. 101-116).
- Millburdn, J.F. Nicodemus, R. (2016). *Minimalism: A documentary about the important things* (TV-program). Hentet fra <https://www.netflix.com/title/80114460>
- Nagar-Ron, S. Motzafi-Haller, P. (2011). "“My Life? There Is Not Much to Tell”": On Voice, Silence and Agency in Interviews With First-Generation Mizrahi Jewish Women Immigrants to Israel." *Qualitative inquiry* 17 (7):653-663. doi: 10.1177/1077800411414007.
- NRK. (2021). Sløsesjokket. Hentet fra <https://tv.nrk.no/serie/sløsesjokket>
- NESH. (2016). Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi. Oslo: De nasjonale forskningsetiske komiteene. Hentet fra <https://www.forskningsetikk.no/retningslinjer/hum-sam/forskningsetiske-retningslinjer-for-samfunnsvitenskap-humaniora-juss-og-teologi/>
- NOU 2011: 4. (2011). *Mat, makt og avmakt – om styrkeforholdene i verdikjeden for mat.*

- Oslo: Landbruks- og matdepartementet
- NSD. (2020). Fylle ut meldeskjema for personopplysninger. Hentet fra <https://www.nsd.no/personverntjenester/fylle-ut-meldeskjema-for-personopplysninger>
- Postholm, M. B. Jacobsen, D. I. Søbstad, R. 2018. *Forskningsmetode for masterstudenter i lærerutdanningen, Forskningsmetode*. Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Poulain, J. (2017). *The sociology of food. Eating and the place of food in society* (A. Dörr Overs.). (Opprinnelig utgitt 2002). London: Bloomsbury
- Q-meieriene. (2020). Bli en matredder!. Hentet fra <https://www.q-meieriene.no/matredder>
- Regjeringen. (2016, 22. juni). Matsvinn skal reduseres. Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/matsvinn-skal-reduseres/id2505644/>
- Repstad, P. (2007). *Mellom nærhet og distanse : kvalitative metoder i samfunnsfag* (4. utg.) Oslo: Universitetsforlaget
- Repstad, P. (1993). *Mellom nærhet og distanse : kvalitative metoder i samfunnsfag*. (2. utg.). Oslo: Universitetsforlaget
- Ringvold, A. Høberg, E. N. (2021, 6. januar). Norsk mat og matkultur. Hentet fra https://snl.no/norsk_mat_og_matkultur
- Ryen, A. (2005). Det kvalitative intervjuet: fra vitenskapsteori til feltarbeid (1.utg.). Bergen: Fagbokforlaget
- Rødseth, C. (Programleder). (2019). *Matsjokket*. (TV-program). Hentet fra <https://tv.nrk.no/serie/matsjokket>
- Schanes, K. Dobernig, K. Gözet, B. (2018). "Food waste matters - A systematic review of household food waste practices and their policy implications." *Journal of cleaner production* 182:978-991. doi: 10.1016/j.jclepro.2018.02.030
- Simmel, G. (1996). Måltidets sosiologi. *Sosiologi i dag*, 23, (1-1993), 3- 9.
- Skuland, A.V. (2016, 28. januar). Kvalitet viktigere enn at maten er norsk. Hentet fra

- <https://nofima.no/nyhet/2016/01/kvalitet-viktigere-enn-at-maten-er-norsk/>
- Smith, R. (1889). *The religion of the Semites*. Edinburgh
- Spis opp maten. (2021). Om spis opp maten. Hentet fra <https://www.spisoppmaten.no/about>
- Statistisk Sentralbyrå. (2012, 18. januar). Tidsbruksundersøkelsen. Hentet fra <https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/statistikker/tidsbruk>
- Steinnes, K. K. Hebrok, H. (2019). *Kunnskapsoppsummering om temaet matsvinn på forbrukernivå i Norge og Europa* (SIFO-Rapport 14:2019). Oslo: Forbruksforskningsinstituttet SIFO
- Stensgård, A. E., Prestrud, K., Hanssen, O. J., Callewaert, P. (2018). *Estimert total mengde matsvinn i Norge fordelt på verdikjedeled*. Hentet fra <https://www.matvett.no/uploads/documents/OR.32.19-Matsvinn-i-Norge-Rapportering-av-nokkeltall-2015-2018-08.11.2019.pdf>
- Stensgård, A. E., Prestrud, K., Hanssen, O. J., Callewaert, P. (2019). *Matsvinn i Norge- Rapportering av nøkkeltall 2015-2018*. (OR.32.19). Hentet fra <https://www.matvett.no/uploads/documents/OR.32.19-Matsvinn-i-Norge-Rapportering-av-nokkeltall-2015-2018-08.11.2019.pdf>
- Stordalen, G. Singh, S. (2019, 23. september). Can cities change the world through what they eat?. *The Telegraph*. Hentet fra <https://www.telegraph.co.uk/business/how-to-be-green/can-cities-change-world-through-what-they-eat/?fbclid=IwAR2FzRZ8kpCSqJQkz1OT9M4lmX000-nYoLAXVpvuC7PT2utRP0K0j1GqSxc>
- Solomon, M. R. (2020). *Consumer behavior: buying, having, and being*. (13. Utg.) New Jersey: Pearson.
- Syversen, F. Hanssen, O. J. Bratland, H. (2018). *Nasjonal beregning av mengde matsvinn på forbrukerleddet* (Rapport 1/2018). Hentet fra

<https://www.miljodirektoratet.no/globalassets/publikasjoner/M1016/M1016.pdf>

Tjora, A. (2012). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (2.utg.). Oslo: Gyldendal akademisk

Tjora, A. (2017). *Emergens: Konseptutvikling og generalisering i kvalitativ forskning:*

Refleksjoner og eksempler. Hentet fra

https://www.researchgate.net/publication/312041765_Emergens_Konseptutvikling_og_generalisering_i_kvalitativ_forskning_Refleksjoner_og_eksempler

Utdanningsdirektoratet. (2020). *Læreplan i samfunnsfag* (SAF01-04). Hentet fra

<https://data.udir.no/k106/v201906/laereplaner-lk20/SAF01-04.pdf?lang=nno>

Utdanningsdirektoratet. (2020). *Læreplan i samfunnsfag* (SAK01-01). Hentet fra

<https://www.udir.no/lk20/sak01-01>

Webley, P. Nyhus, E.K. (2005). Parent's influence on children's future orientation and saving.

Journal of Economic Psychology, 27 (2006), 140–164. doi:10.1016/j-joep.2005.06.016

Wunder, S., van Herpen, E., Bygrave, K., Bos-Brouwers, H., Colin, F., Östergren, K.,

Vittuari, M., Pinchen, H., Kemper, M., 2020: REFRESH Final Results Brochure.

February 2020. Hentet fra <https://eu->

[refresh.org/sites/default/files/REFRESH%20Final%20Results%20Brochure_200225_0.pdf](https://eu-refresh.org/sites/default/files/REFRESH%20Final%20Results%20Brochure_200225_0.pdf)

Zondag, M. W. (2021, 12. Februar). Ny dagligvarekjede satser på døgnåpne og ubemannede

butikker. *NRK*. Hentet fra <https://www.nrk.no/norge/ny-dagligvarekjede-satser-pa->

[dognapne-og-ubemannede-butikker-1.15370741](https://www.nrk.no/norge/ny-dagligvarekjede-satser-pa-dognapne-og-ubemannede-butikker-1.15370741)

Alle kilder som er brukt i denne oppgaven er oppgitt.

Vedlegg 1

Intervjuguide

Hensikt

1. Si litt om studiet jeg går på, litt om oppgaven min, og litt om intervjuet.
2. Presentere prosjektet mitt- Synet på mat og matsvinn i 3 generasjoner – formålet er å se endringer og likheter.
3. Hva skal vi snakke om? Gangen i intervjuet og temaer. Vil ta mellom 40-60 min.
4. Anonymt, ingen ting skal kunne identifiseres. Opptaket skal kun høres av meg. Diktafonen låses inn. Etter at oppgaven er levert slettes alt materiale.

Bakgrunnsinformasjon

5. Aller først vil jeg vite litt om hvem du bor sammen med? (hvor gamle er de, og hva jobber de med?)
6. Fortell litt om deg selv
 - Alder
 - Sivilstatus
 - Hva driver du med? (jobb, student, pensjonist, hjemmевærende)
7. Kan du fortelle litt om oppveksten din?
8. Hvor har du vokst opp? (by, landlig)
 - Har du flyttet?

Handlevaner

Det første temaet jeg er interessert i er hvordan du handler mat, altså handlevaner:

9. Kan du beskrive hvordan en vanlig handel ser ut for deg?
 - Hvem handler?
 - Hvor ofte pleier du/dere å handle mat?
 - Planlegger dere en handel i forkant, eller skjer handelen spontant? Hva gjør at dere velger å planlegge handelen eller spontan-kjøpe?
 - Sjekkes skap, kjøleskap i forkant av en handel?
 - Skriver du/dere handleliste når du/dere skal handle? Har du/dere en handleliste å vise meg?
 - Handler du/dere varer på tilbud (3 for 2, nedpriset, 10 kr marked) Skjer det at mat som er kjøpt på tilbud må kastes?
10. Hvilke varer er med i en typisk handel hos deg/dere?

- Kjøper du/dere ferdigmat? Eventuelt hva?
- Benytter du/dere noen gang f.eks. TGTG? Nedprisede varer? Gårdagens bakst?
 - o Hvis ja, spises dette opp? Hvorfor/Hvorfor ikke?
- 11. Hvor handler du matvarer?
 - Har du/dere en fast matbutikk du/dere handler i?
 - Hender det at du/dere benytter dere av alternativer som matkasse eller nettbutikk?
- 12. Har du/dere noe forhold til varer merket med «Nyt Norge», økologisk eller svanemerking?
- 13. Hender det at du/dere handler matvarer med rare fasonger? Som krokete gulrøtter
- 14. Har du dere et bevisst forhold til pris kontra kvalitet?
- 15. Har du/dere et matbudsjett? Hvorfor/hvorfor ikke?
- 16. Hvordan er handlevanene dine/deres nå sammenliknet med i oppveksten?
 - Hvor mange ganger i uken handlet dere tror du?
 - Kan du huske hvilke matvarer?

Oppbevaring av mat

Nå har vi snakket litt om handling av mat og handlevaner, nå vil jeg vite litt rundt oppbevaring av mat:

- 17. Har matvarer en fast plass i kjøleskapet/skapet?
 - Kan du/dere vise meg kjøleskapet?
- 18. Når var sist du/dere tok en gjennomgang av hva dere har i kjøleskapet, fryseren, skuffer og skap?
- 19. Hvordan gjorde dere dette i oppveksten din?
- 20. Det er jo slik at ulike typer mat burde oppbevares på forskjellige steder, og noe kan oppbevares lenger enn annet, hvilke kunnskaper har du om oppbevaring av mat?
 - Hvor får du kunnskapen fra?
 - Kunne du tenkt deg mer kunnskap?

Måltidsvaner

Nå har vi snakket litt om oppbevaring av mat. Neste tema er måltidsvaner

- 21. Fortell om en vanlig dag hos deg/dere. Hvordan ser den ut?
 - Spiser dere sammen, eller hver for dere?
- 22. Kan du beskrive hva du pleier å ha til frokost, lunsj og middag?
 - Sunn mat- Er det viktig?
 - Hvordan var måltidsvanene i oppveksten?

- Hvordan har hva du/dere spiser endret seg fra oppveksten?
 - o Hva var typisk mat til de ulike måltidene?
 - o Hvem lagde maten?
 - o Hvordan ble måltidene inntatt?
 - o Hadde dere ferdigmat? Hvorfor/hvorfor ikke?

23. Hvilket forhold har du/dere til å lage mat?

- Lager du/dere middag hver dag?
- Bruker du/dere mye tid på å lage mat?

24. Hvordan ser helgen ut i forhold til resten av uken?

- Endrer dere matvaner/handlevaner?
- Spiser du/dere sammen, alene?
- Har du/dere noe fast dere spiser i helgene?
- Hva spiste dere i helgen i din/deres oppvekst?

Rester

25. Kan du fortelle litt om hva du gjør med matrester?

- Har dere ofte matrester?
- Har du noen tips/triks for å bruke opp rester?
- Har du en restedag?

26. Hva gjorde dere dersom dere hadde rester i oppveksten?

27. Hender det at matrester blir stående i kjøleskapet for lenge? Hvorfor?

28. Hva med fryseren? Blir denne maten spist? Ryddes den?

29. Hvilke typer matrester har dere mest av?

Matavfall

Nå er neste tema matavfall, og det første jeg lurer på ift. Dette temaet er

30. Hvordan har oppveksten påvirket forholdet ditt til matsvinn?

31. Hva tenker du om å kaste mat? Har du endret syn på dette fra du var yngre?

- Kjenner du på dårlig samvittighet når du kaster mat? – Hva gjør at du får dårlig samvittighet?

32. Hva slags mat kaster du? Har dette endret seg over tid? Både type mat og hvor mye

- Er det visse typer matavfall som går igjen?
- Kastet dere mat da du vokste opp? Hvorfor/hvorfor ikke? Hva slags mat?

33. Har du noen tanker om hvorfor du kaster mat?

34. Hvordan avgjør du om mat fortsatt er spiselig eller ikke?
35. Hvordan har dette endret seg fra oppveksten?
36. Hva gjør du hvis en matvare har gått ut på dato?
37. Hva slags mat gjør mest «vondt» å kaste? Hva er det mindre farlig med?
38. Hva tenker du skal til for å kaste mindre mat?
39. Hvilket forhold har du til kildesortering?
40. Opplever du å ha nok kunnskap ift. når mat er spiselig eller ikke?
41. Hvor har du fått kunnskap fra?
42. Opplever du at mat og matsvinn er et tema i hverdagen? Blant venner og jobb?

Nå har vi vært gjennom ulike temaer knyttet til mat og matsvinn. Er det noe vi ikke har snakket om som du ønsker å legge til?

Vedlegg 2

Informasjonsskriv til respondenter

Vil du delta i forskningsprosjektet «Tre generasjoners syn på mat og matsvinn»?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å få kunnskap om ulike generasjoners syn på mat og matsvinn, og hvordan dette har endret seg over tid. I dette skrivet gir jeg deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Formålet med min masteroppgave er å undersøke hvilket syn tre generasjoner har på mat og matsvinn, og hvordan dette har endret seg siden oppveksten. Med samfunnets økende fokus på miljø og klimautfordringer ønsker jeg å se på matsvinn, og hvordan dette har utviklet seg i Norge, ved å ta for meg tre generasjoners syn på mat og matsvinn.

Min problemstilling er: *Hvilket syn har tre generasjoner på mat og matsvinn?*

Jeg er student ved Universitet i Agder, Kristiansand og går siste året på lektorutdanningen hvor jeg tar master i samfunnskunnskap. Jeg skriver min masteroppgave innenfor sosiologi.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Universitet i Agder, Kristiansand, er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Jeg ønsker å intervju tre ulike generasjoner og deres syn på mat og matsvinn. Det er lite forskning som ser på ulike generasjoners syn på matsvinn og hvordan dette endrer seg over tid. Derfor ønsker jeg å bidra til å gjøre noe med dette. Til prosjektet trenger jeg deltakere til de tre generasjonen, og du passer inn i en av disse.

Hva innebærer det for deg å delta?

Hvis du ønsker å delta i prosjektet innebærer dette et intervju. Intervjuet vil vare omtrent en time, og jeg vil spørre om handlevaner, kastevaner og måltidsvaner både nå og i din oppvekst. Målet med intervjuet er å få et innblikk i synet på mat og matsvinn. Det er ingen riktige eller

feil svar i forhold til dette. Samtalen vil bli tatt opp på lydbånd. Dette opptaket vil kun bli hørt av meg.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Dersom du velger å delta, kan du når som helst ombestemme deg uten å oppgi en grunn. Alle opplysninger om deg vil da bli anonymisert. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta, eller senere velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Jeg vil bare bruke opplysningene om deg til formålene jeg har fortalt om i dette skrivet. Jeg behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

Opplysningene som samles inn i dette prosjektet vil kun være tilgjengelig for meg, Camilla Berg Gundersen, og min veileder fra Universitet i Agder, Irene Trysnes. Det er kun jeg som hører på lydopptaket. I oppgaven vil du være anonym, og navnet ditt vil ikke bli brukt. Dette gjelder også dersom det brukes sitater fra intervjuet i oppgaven. Dersom oppgaven vil bli offentlig tilgjengelig, vil du ikke være gjenkjennbar i teksten.

Datamaterialet vil oppbevares i et låsbart skap.

Hva skjer med opplysningene dine når jeg avslutter forskningsprosjektet?

Prosjektet skal etter planen avsluttes 1.juni 2021. Etter prosjektslutt vil lydopptak slettes og alle data som bevarer vil være helt anonymisert.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- å få slettet personopplysninger om deg, og
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Jeg behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Universitet i Agder har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

Dersom du lurer på noe, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Universitet i Agder ved
 - Camilla Berg Gundersen på epost camilla-bg@hotmail.com eller tlf. 48187993
 - Irene Trysnes på epost irene.trysnes@uia.no eller tlf. 38142174
 - Personvernombud ved Universitetet i Agder: Ina Danielsen på epost ina.danielsen@uia.no eller tlf. 452 54 401

Hvis du har spørsmål knyttet til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS på epost (personverntjenester@nsd.no) eller på telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Camilla Berg Gundersen

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «Tre generasjoners syn på mat og matsvinn», og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet ca. 1. juni 2021.

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Vedlegg 3

Godkjenning fra NSD

Følgende vurdering er gitt:

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg den 01.12.2020, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD. Behandlingen kan starte.

MELD VESENTLIGE ENDRINGER

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke type endringer det er nødvendig å melde:

nsd.no/personvernombud/meld_prosjekt/meld_endringer.html

Du må vente på svar fra NSD før endringen gjennomføres.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 30.06.2021.

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger.

Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake. Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a.

PERSONVERNPRINSIPPER

NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om:

- lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen

- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke behandles til nye, uforenlige formål
- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20).

NSD vurderer at informasjonen om behandlingen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og/eller rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

Kontaktperson NSD: Tore A. K. Fjeldsbø

Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

Tabell- og figurligste

Tabell 1: Oversikt Familie K.....	37
Tabell 2: Oversikt Familie T.....	37
Tabell 3: Oversikt over oppbygging av analyse	49
Tabell 4 Oversikt over matvarer og matretter.....	65
Figur 1 Matsvinn i Norge: «Estimert total mengde matsvinn i Norge fordelt på verdikjedeledd» 2018, av Stensgård, Prestrud, Hanssen og Calleweart.	20
Figur 2: Sosial konstruksjon: Egenkomponert modell som illustrer Berger og Luckmanns teori om sosial konstruksjon.....	23
Figur 3 Modell som viser "generasjonsdialektikk"	94