



LUNDS
UNIVERSITET

Institutionen för sociologi

Matlådan som ”heligt objekt”

En sociologisk studie av studenters tankar kring lunchvanor i grupp

Författare: Frida Nilsson och Betty Svensson

Beteendevetenskapligt kandidatprogram

Kandidatuppsats: SOCK01, 15 hp

Vårterminen 2013

Handledare: Maria Norstedt

Abstrakt

Författare: Frida Nilsson och Betty Svensson

Titel: Matlådan som ”heligt objekt”: En sociologisk studie av studenters tankar kring lunchvanor i grupp

Kandidatuppsats: SOCK01, 15 hp

Handledare: Maria Norstedt

Sociologiska institutionen, vårterminen 2013

När det talas om lunchvanor är matlådan ständigt aktuell. Matlådan är ett ekonomiskt effektivt alternativ och den innehåller mat som man själv har tillagat i hemmet. Då lunchen ofta äts på en arbetsplats eller i skolmiljö kan människor runt omkring ha en viss påverkan på individens egna lunchvanor. Syftet med denna uppsats är att undersöka hur studenters användande av matlådan påverkas av gruppinteraktioner. Uppsatsen är en kvalitativ studie baserad på intervjuer med studenter. Materialet analyseras utifrån ett mikrosociologiskt perspektiv med utgångspunkt i begreppen ”gruppjag”, ”ritualer”, ”heliga objekt” och ”spegeljaget”. Resultatet visar att lunchätandet blir en ritual där de studerade grupperna upphöjer matlådan till ett heligt objekt. De skapar gemensamma värderingar och på så vis formas ett gruppjag. Individerna ser sig själva genom gruppens ögon utifrån ett spegeljag då de anpassar sina egna vanor efter gruppens ritualer. De upplevda förväntningarna från gruppen resulterar i att individen strävar efter ett ”hushållsideal” som bland annat innebär medvetenhet om ekonomi och hälsa, men framförallt intresse av att laga sin egen mat.

Nyckelord: matlåda, lunch, heligt objekt, ritual, spegeljag, grupp, mikrosociologi

Innehållsförteckning

1 Inledning.....	4
1.1 Disposition.....	4
2 Bakgrund	5
3 Syfte och frågeställning.....	6
3.1 Avgränsningar	6
4 Forskningsfältet	8
5 Teoretiska utgångspunkter	11
5.1 Gruppens identitet.....	11
5.2 Gruppen och ritualer	12
5.3 Gruppen och heliga objekt.....	13
5.4 Individen och Spegeljaget	13
6 Metod	15
6.1 Fokusgrupper	15
6.2 Urval	16
6.3 Etiska aspekter	17
6.4 Tillvägagångssätt vid analys.....	17
7 Analys.....	18
7.1 Hushållsidealet.....	18
7.2 Äta tillsammans i grupp.....	19
7.3 Sällskapet framför allt	21
7.4 Partnerns påverkan på användandet av matlåda	21
7.5 (O)intresse för matlagning.....	22
7.6 Strävan efter att uppnå gruppens ideal	24
7.7 Matlådans främjande av hälsa	25
7.8 Inställningen till den köpta djupfrysta matlådan	26
7.9 Den egna matlådan i relation till andras	27
8 Avslutande kapitel.....	31
8.1 Hur påverkar matlådan gruppen och hur påverkar gruppen matlådan?.....	31
8.2 På vilket sätt påverkar gruppen individens användande av matlåda?.....	31
8.3 Vilka förklaringar ger individer till att de använder matlåda?	32

8.4 Slutdiskussion.....	32
9 Referenslista.....	35
Bilaga 1: Intervjuguide fokusgrupper	37
Bilaga 2: Intervjuguide individuella intervjuer	39

1 Inledning

”Vem som har med sig vilken mat är något man lär sig” (Nyberg, 2009, s. 235). Så här menar Maria Nyberg att det fungerar på hennes arbetsplats, sociologiska institutionen i Lund. Men vad är det egentligen som påverkar *vad* man tar med sig? Vad bestämmer *om* man över huvud taget tar med sig mat? Hur påverkas individer av yttre faktorer som exempelvis de personer man till vardags är omgiven av? Det här är något som intresserar oss då vi själva har reflekterat mycket över våra lunchvanor och vad som påverkar oss och de val vi gör. Efter att vi haft många diskussioner med våra studiekamrater kring lunchvanor och användandet av matlåda vill vi nu studera hur det kan se ut i andra studentgrupper.

Vår uppfattning är att den spontana förklaringen till matlådans funktion är den ekonomiska aspekten, men vi vill med denna studie fokusera mer på andra, interaktionistiska och mikrosociologiska, anledningar. Vi tror exempelvis att de man äter tillsammans med påverkar ens egna lunchval och att matlådan kan medföra samhörighet. För att undersöka detta område har vi intervjuat olika studentgrupper som kontinuerligt tar med sig egen mat till lunch.

1.1 Disposition

Inledningsvis presenteras en bakgrund för att ge läsaren en förståelse för varför matlådan är ett aktuellt ämne, följt av uppsatsens huvudsakliga syfte och frågeställning. Därefter följer en redogörelse för tidigare forskning som gjorts på matlådor, matvanor och de aspekter som är relevanta för vår studie. Sedan introduceras de teorier som kommer att användas i vår analys och därpå motiverar vi vårt val av metod. Därefter analyseras det insamlade materialet med hjälp av de teorier och forskning vi tidigare presenterat. I analysen tar vi hjälp av de teoretiska begreppen ”gruppjag”, ”ritualer”, ”heliga objekt” och ”spegeljaget”. Avslutningsvis följer en sammanfattning och slutdiskussion om vårt resultat.

2 Bakgrund

Sverige är ”matlådans förlovade land” enligt Lunchfrämjandet (Sund.nu, 2010). Överlag är det vanligast att äta hemlagad mat i lunchrummet. I Lunchfrämjandets undersökning visar det sig att åren 2007-2009 har den medhavda lunchen på arbetsplatserna ökat med cirka 30 %. Många förklaringar handlar om att matlådor har en ekonomisk utgångspunkt, där användandet av matlådan framställs som ett effektivt sätt att spara pengar (Jacobsson, 2009). En faktor till den tydliga ökningen tror Lunchfrämjandets projektledare Jan Borg kan vara finanskrisen 2008, vilken kan ha lett till att många har börjat agera mer sparsamt (Lundin, 2010).

Även i studentvärlden är matlådan ständigt aktuell. Både i dagstidningar och studenttidningar återfinns många reportage som handlar om ekonomiskt sparande där man förespråkar användandet av matlåda. Enligt privatekonomen Kristian Örneelius kan en student spara 800 kronor varje månad på att laga egen lunch istället för att köpa den ute (TT, 2009). Vi har även sett ett flertal bloggar av studenter som skriver reflektioner om sina lunchvanor och delar med sig av matlådeerfarenheter. Ett exempel är Mattias Holmström som visar en grundlig uträkning av den hemlagade matlådans kostnad och fördelar (Holmström, 2013). De ekonomiska perspektiven på fenomenet ”matlåda” verkar alltså vara dominerande i många situationer. En annan studentbloggare är Anton Lernstål på Nya Lidköpingstidningen som publicerar ”veckans matlåda” på sin blogg. Där jämför han även sitt matlådeinnehåll med sina klasskamraters och menar att matlådan stiger eller sjunker i värde beroende på *vem* man äter lunch med (Lernstål, 2013).

Vi har en känsla av att det generellt i samhället finns mycket diskussion och åsikter kring olika sorters livsmedel. Bloggare som Underbaraclara (<http://www.underbaraclaras.com/>) inspirerar till hemmalagad mat, och bloggaren och författaren Mats-Eric Nilsson, ”Den hemlige kocken”, (http://www.aktavara.org/Archive.aspx?f_id=10300) förespråkar och för en debatt kring livsmedel utan extra tillsatser. Försäljningen av ekologiska livsmedel har ökat de senaste åren (Lantmännen, 2012), vilket visar på en uppåtgående trend och en ökad medvetenhet om livsmedel i relation till miljöfrågor bland folk i allmänhet.

3 Syfte och frågeställning

Syftet med uppsatsen är att belysa den ”matlådekultur” som finns inom vissa specifika studentgrupper. Vi vill undersöka på ett djupare plan hur ”matlådekulturen” kan se ut, vilka drivkrafter som finns bakom valet att ta med sig mat och hur en eventuell påverkan ser ut inom de studentgrupper vi studerar.

Vår frågeställning lyder: Hur påverkar gruppen matlådan och hur påverkar matlådan gruppen?

Underfrågorna är följande:

- På vilket sätt påverkar gruppen individens användande av matlåda?

Då gruppen består av individer vill vi även ta hänsyn till de individuella aspekterna på användandet av matlåda. Den sista frågan lyder därför:

- Vilka förklaringar ger individer till att de använder matlåda?

3.1 Avgränsningar

Vi har valt att fördjupa oss i fenomenet matlåda och hur detta ser ut inom några specifika grupper av studenter i Lund. Vi har ingen statistisk information om hur vanligt förekommande matlådor är, varken bland studenter eller andra, och vi är medvetna om att det inte är något som alla känner igen sig i eller använder sig av dagligen. Hur statistiken ser ut är vi dock inte intresserade av, utan vill fokusera på att undersöka orsakerna och drivkrafterna i just de grupperna där matlådan de facto är en etablerad och accepterad vana. Därför avgränsar vi vårt urval och analysen till att omfatta just sådana grupper. Detta innebär även att vi inte är ute efter att göra generaliseringar, och det är heller inget vi tror oss finna. Dock kan vår forskning ändå säga något som kan öka vår förståelse för området då vi inte beprövar någon hypotes utan istället undersöker vad som skulle kunna generera hypoteser (Ryen, 2004). Vi utgår inte från någon befintlig hypotes när vi går in i denna studie, utan har för avsikt att vara öppna för nya infallsvinklar i ämnet.

I de genomförda intervjuerna finns många aspekter som skulle kunna vara väldigt intressanta att undersöka vidare, men som inte är relevanta för just denna uppsats. Vi har till exempel valt att inte fokusera alls på klass eller social bakgrund. De intervjuade studenterna kommer från olika delar av landet och kan tillhöra olika klasser, och hur detta relaterar till deras lunchvanor skulle kunna vara en uppsats i sig. Vi väljer att inte fördjupa oss i detta då det är själva gruppåverkan och det interaktionistiska mellan deltagarna som intresserar oss

mest. Troligtvis påverkas interaktionerna av klasstillhörighet, men vi vill fokusera på andra faktorer som deltagarna själva lyfter.

För att få en förståelse för gruppens användande av matlåda har vi en stor bredd på frågorna i intervjuguiden (se bilaga). Vi undrar bland annat hur de tror att deras bakgrund har påverkat deras nuvarande matvanor, men frågorna är inte tillräckligt många och breda för att kunna dra stora slutsatser om sociala strukturer.

När vi använder ordet ”grupp” syftar vi på fler än tre studenter som regelbundet äter lunch tillsammans i anslutning till universitetet. Vid benämning av lunch menar vi den måltid som intas mitt på dagen, och middag är den måltid som äts på kvällen.

4 Forskningsfältet

Det finns mycket forskning kring människors val av livsmedel och matvanor i allmänhet. Den måltidsforskning som vi har studerat inför arbetet med denna uppsats, finns inom sociologi såväl som etnologi och nutritionsvetenskap. Det är således ett forskningsfält med många aspekter som är av intresse för flera discipliner. Nedan följer en sammanfattning av det vi har funnit relevant för just vårt syfte med uppsatsen.

I sin avhandling *Mycket mat, men lite måltider* (2009) undersöker sociologen Maria Nyberg lunchvanor och lunchaktörer på tre olika arbetsplatser i Skåne. Nyberg (ibid) skriver att arbetsplatsen hittills inte har varit fokus för måltidsforskningen, trots att den har varit en måltidsarena under lång tid. Den är dock ett intressant forskningsområde med tanke på hur stor del av arbetande människors liv som tillbringas på arbetsplatsen och den mängd relationer som finns här. Nybergs undersökning (ibid) är intressant för vår studie då hon, liksom vi, fokuserar på lunchmåltidens förutsättningar, även om hon undersöker arbetsplatser och vi universitetsmiljö. På de studerade arbetsplatserna (och även många andra) spelar kollegorna och arbetsplatsrelationerna en stor roll för hur måltiderna ser ut. Relationerna mellan människor ser olika ut och många väljer att äta tillsammans med dem man känner mest samhörighet med. Vad som äts i personalrummet kan ge upphov till mycket diskussioner kring mat, både det medhavda och tips om matlagning. I matsalen på de arbetsplatserna som Nyberg har studerat är måltider ett stort samtalsämne, och det är en arena för att visa upp sin medhavda mat (ibid).

En iakttagelse som Nyberg (ibid) gör av måltiden på arbetsplatsen är att denna ges större betydelse av de personer som lever ensamma. Bland de som har en familj är den måltid som intas i hemmet den högst prioriterade, medan de ensamma lägger större vikt vid måltiden på arbetsplatsen (ibid). Detta kan vara intressant att ta med sig in i studien av studenter, då många av dessa lever ensamma eller i parrelationer, men utan barn. Intressant att se är vilken prioritet de ger måltiden på skoltid respektive utanför. För ensamboende är det just på arbetsplatsen de träffar människor och har en social måltid, något som kanske även är gällande för många studenter.

Nyberg (ibid) menar att det finns en allmän uppfattning om att hemlagad mat är idealet. På de arbetsplatser hon studerat har många en kritisk hållning gentemot köpta färdigrätter såväl som färdigförpackade portioner i personalmatsalen, som båda anses vara mindre nyttigt. Andra aspekter som bestämmer valet av lunchmåltid är tid och ekonomi.

Beroende på placering av arbetsplats och rastens omfattning finns det olika vanor kring att ta med eller köpa mat. Detta gäller även den ekonomiska dimensionen. Lunchfrämjandet har gjort olika undersökningar om vad som påverkar vad man äter till lunch. Dessvärre finns dessa undersökningar inte längre att finna, men de nämns hos Nyberg (2009) som berättar att ekonomi är den största förklaringen hos dem som väljer att ta med sig egen lunch istället för att köpa i en restaurang på arbetsplatsen. Vi har inte funnit någon forskning angående studenters lunchvanor och universitetet eller skolan som måltidsarena, som är fokus för vår studie, men mycket av arbetsplatsforskningen går att tillämpa på området studenter.

Nästkommende studie tar också upp det sociala samspelet som en viktig aspekt till val av mat. Furst, Connors, Bisogni, Sobal och Falk (1996) har inom nutritionsvetenskap skrivit artikeln *Food Choice: A Conceptual Model of the Process* där de undersöker vad som påverkar människors matval, med fokus på inköp i livsmedelsaffär. De konstaterar att det finns sex huvudprinciper som prioriteras högst när man handlar mat: smak, kostnad, bekvämlighet, hälsa, sociala relationer samt kvalitet. När man står inför ett livsmedelsval vägs principerna mot varandra och beroende på vilken situation man befinner sig i är det olika principer som bestämmer det slutgiltiga valet. Ibland harmonierar flera principer, men ibland är en princip dominerande. Connors, Bisogni, Sobal och Devine (2001) har med denna forskning som utgångspunkt vidare undersökt hur man hanterar de olika principerna. De skriver att principen om sociala relationer skiljer sig från de övriga principerna då den inte primärt berör själva maten. Den handlar snarare om hur livsmedelsvalen påverkas av i vilken grad de personer man delar måltidsgemenskapen med accepterar den valda maten, vilket är en av de centrala delarna i vår studie. Vilka principer som är viktigast och hur de definieras kan förändras när livssituationer förändras (ibid). Ofta står de olika principerna i konflikt med varandra, och därför tvingas man prioritera något eller några högre än de övriga. Exempelvis upplever många att det är svårt att välja mat som uppfyller kriterierna att på samma gång vara hälsosam, god, billig och snabblagad. Vilken eller vilka principer man då väljer att prioritera beror på situation och rådande omständigheter.

Något annat som kan avgöra hur maten ser ut är civilstatus. I den etnologiska studien *Maten och det sociala samspelet* har Sören Jansson (1993) intervjuat människor i olika livssituationer om deras matvanor. Jansson skriver att matvanor ”är ett förbluffande flyktigt fenomen” som är beroende av ”primära sociala omständigheter” (ibid, s. 4-5). Matvanorna är således olika i olika livssituationer och tenderar att förändras när hushållet eller den sociala omgivningen förändras.

En aspekt av det sociala ätandet är att matlagning ofta inte är lika prioriterat för dem som bor ensamma, och Jansson påstår att ”matlust och matlagningslust tycks här mer beroende av bordssällskapet än hungern” (1993, s. 33). I det gemensamma hushållet blir matlagningen viktigare, och man kan se en anpassning till varandras matvanor. Dock är inte anpassningen ömsesidig, utan det verkar i högre grad vara kvinnorna som anpassar sig till männens vanor. Detta yttrar sig bland annat i att flera kvinnor i undersökningen börjar laga mer ordentlig mat på kvällen än man gjort tidigare, med förklaringen att mannen behöver äta mer och vill ha rejäl mat. Matlagningen blir även ett sätt för kvinnor att leva upp till ett ”ideal om hur man bör bete sig” (ibid, s. 38) i just den sociala omständigheten som det innebär att vara i ett parförhållande. Framför allt verkar det vara kvinnor som styrs av denna uppfattning om hur beteendet bör se ut i ett ”riktigt” hem, vad gäller olika former av matlagning och bakning. Även vänskapskretsen har stor betydelse för matlagningen, då denna är en arena för inspiration och kunskapsutbyte.

De tre ovannämnda studierna är relevanta för denna uppsats just för att de visar på vilket sätt den sociala aspekten påverkar matintaget. Tanken är att utifrån dessa forskningsresultat, tillsammans med nästkommande avsnitt om sociologiska teorier, undersöka vikten av den sociala gemenskapen och påverkan när man väljer hur eller vad man äter till lunch.

5 Teoretiska utgångspunkter

I och med frågeställningen har vi redan från början beslutat oss för att undersöka samspelet mellan individ och grupp i lunchsituationer. Med vilka teoretiska utgångspunkter detta ska göras har dock det empiriska materialet fått bestämma, och utifrån insamlad data har sedan sociologiska teorier valts som är relevanta för vår studie. Detta kapitel inleds med en kort introduktion till hur gruppidentitet skapas enligt Charles Horton Cooley (1964). Därefter följer en presentation av de begrepp vi har valt att fokusera på i analysen, nämligen ”ritualer”, ”heliga objekt” och ”spegeljaget”. De är centrala begrepp inom 1900-talets sociologi och förknippas i huvudsak med teoretikerna Émile Durkheim, Erving Goffman samt C. H. Cooley. För att återge de båda förstnämnda begreppen och teoretikerna refereras till deras respektive böcker, men vi har även valt att utgå från sociologen Randall Collins och hans bok *Interaction Ritual Chains* (2004). Durkheim och hans teorier förknippas vanligtvis med makrosociologin och de stora, samhällseliga perspektiven. Vad Randall Collins gör är att tolka och beskriva Durkheims teorier ur ett Goffmanskt, mikrosociologiskt perspektiv och applicera begreppen på små grupper istället för på de stora strukturerna. Teorier som verkar storskaliga och fokuserade på religion blir med Collins hjälp högst relevanta för denna mikrosociologiska studie av individer och mindre grupper. Likaså återger han de delar av Goffmans teorier som är relevanta för just det område Collins skriver om, nämligen interaktionsritualer, vilket även passar utmärkt för detta ämne. Kombinationen av dessa båda sociologer blir på det sätt som de beskrivs av Collins tillämpligt i vår analys av grupperns gemensamma beteende. Dessa presenterade teorier berör endast grupper, och eftersom frågeställningen berör både grupp och individ används även Cooleys teori om gruppens påverkan på individen i form av ”spegeljaget”, som presenteras sist i detta kapitel.

5.1 Gruppens identitet

Charles Horton Cooley (1964) menar att ”gruppjaget” (vi) är ett ”jag” som inkluderar flera personer. I en grupp identifierar man sig med de andra medlemmarna och använder sig av orden ”vi” och ”oss” när man talar om gemensam vilja och åsikt. Denna gruppkänsla stimuleras av inre samarbete och yttre motstånd. Ett gruppjag kan endast upplevas när det sätts i relation till andra individer, exempelvis personer utanför gruppen som inte har samma lunchvanor som den grupp man tillhör. Eftersom intervjupersonerna i denna studie tillhör befintliga grupper är denna gruppidentitet bitvis tydligt framträdande, vilket kommer att visas i analysen.

5.2 Gruppen och ritualer

Ett centralt begrepp för att förklara individers beteende i grupsituationer är ”ritualer”. Enligt Goffman påverkar man varandras beteende i situationer där flera människor samtidigt befinner sig på samma plats (Goffman, 1963). Ritualer utförs för att uppnå en social solidaritet och konformitet, för att visa att man är en del av gruppen. Om någon bryter mot ritualernas lämplighet känner de närvarande personerna ett moraliskt obehag som kan yttra sig i exempelvis skämtsamt förakt eller avsky, beroende på hur allvarligt ”brottet” är. Detta är av Goffman en tillämpning av Durkheims teorier kring bestraffning av brott, vilket visar hur det går att se de breda perspektiven i mindre skala (Collins, 2004). Durkheim (2008) talar om ritualernas roll i det sociala skapandet av religioner, något som går att tillämpa även på andra typer av grupp gemenskaper med ett gemensamt syfte eller intresse (Collins, 2004). För att interaktionsritualer ska uppstå måste gruppen enligt Durkheim först och främst vara samlad på samma fysiska plats (Durkheim, 2008). Det kan, ur ett mikrosociologiskt perspektiv, handla om en publik, en församling, eller något så vardagligt som en liten grupp vänner som träffas för att umgås (Collins, 2004). Detta väljer vi således att applicera på grupperna av studenter som studerar och äter lunch tillsammans. När individer är samlade sker en fysisk påverkan bara genom att människors kroppar befinner sig på samma ställe och överför energi mellan varandra (ibid). Det måste för det andra finnas gränslinjer mot utomstående så att gruppens medlemmar har en tydlig bild av vilka som är deltagare och vilka som är exkluderade. För det tredje fokuserar människorna sin uppmärksamhet mot ett gemensamt objekt eller aktivitet (jfr. ”heliga objekt” nedan), och genom att kommunicera detta fokus till varandra blir de ömsesidigt medvetna om varandras uppmärksamhet (ibid). Slutligen delar gruppen en gemensam sinnesstämning eller emotionell upplevelse. Alla dessa komponenter stimulerar och förstärker varandra i takt med att grupp gemenskapen blir starkare. Detta medför även att gruppritualer förstärks i och med gemensamt beteende, oavsett om det handlar om ett radikalt beteende i en stor grupp människor eller ett vardagligt samtal i en liten grupp (ibid).

Resultaten av interaktionsritualerna blir enligt Randall Collins modell uppkomsten av gruppsolidaritet och känsla av medlemskap, individuell emotionell energi och självsäkerhet, symboler som representerar gruppen (jfr. ”heliga objekt” nedan) samt moralkänsla och uppfattning om rätt och fel. Collins (ibid) skriver att vi enligt Goffman utför ritualer i varje vardaglig handling, medan Durkheim använder begreppet i ett bredare perspektiv. Exempel på vardagliga ritualer är när vi kallar en annan person vid dess namn, och den bredare motsvarigheten är exempelvis vid stora händelser i politiska eller militära situationer. Där

uppstår nya ritualer när många människor samlas på samma ställe med ett gemensamt mål, till exempel vid revolutioner och liknande (Collins, 2004).

Collins skriver att ritualer markerar gränserna mellan inkludering och exkludering. Det händer att ritualer ifrågasätts av personer eller grupper som befinner sig utanför gränsen och inte har förståelse för de ritualer som ageras och som för dem är oförståeliga. Detta kan ske i fallet med matlådan, både av grupper som inte är en del av ”matlådekulturen”, och ur de studerade gruppernas perspektiv gentemot utomstående grupper med andra lunchvanor.

5.3 Gruppen och heliga objekt

Som tidigare nämnts har symboler en viktig plats i grupper och interaktionsritualer. Ett steg i gruppinteraktionen är att gruppdeltagarna riktar sin uppmärksamhet mot ett gemensamt objekt eller en aktivitet, och detta blir då dess symbol. När gruppen fokuserar på en symbol eller ett objekt varierar emotionerna förkroppsligas, skapas ett ”heligt” objekt (”sacred object” [Collins, 2004]), som ett av resultaten av interaktionsritualer. Dessa heliga objekt kan skapas utifrån vardagliga personer, idéer eller ting. I denna kontext blir matlådan det heliga objektet i grupperna, då de fokuserar sin uppmärksamhet mot matlådan och gör det till en representativ symbol för gruppen. Collins (ibid) menar att sammanförandet av Durkheim och Goffman hjälper oss att förstå att det är ritualerna som gör objekt heliga. Om ritualerna under en längre period inte utförs, försvinner ”heligheten” och gruppen förlorar sitt heliga objekt. Enligt Durkheim är ritualerna ett sätt att hedra det som har högt socialt värde, nämligen de heliga objekten, vilka enligt Goffman är olika i olika situationer (ibid).

5.4 Individen och Spegeljaget

För att besvara frågeställningen om hur gruppen påverkar individens användande av matlåda behöver vi även se hur individen agerar inom en grupp. Charles Horton Cooley (1964) benämner det sociala jaget med ”spegeljaget” (looking-glass self), och det är från hans teori vi utgår i detta avsnitt. När man ser sig själv i en spegel tittar man på sin kropp och sina kläder utifrån hur man tror att andra människor uppfattar det de ser när de ser en själv, och detta påverkar hur man ser på sig själv. Idén om spegeljaget har tre beståndsdelar: (1) föreställningen om hur man framstår för den andra personen, (2) föreställningen om dennes bedömning av denna framställning, som resulterar i (3) någon form av självkänsla, såsom stolthet eller skam. Orsaken till att känslor av stolthet och skam uppstår kan inte komma endast utifrån en själv, utan måste vara en tillskriven känsla, något man föreställer sig på

grund av att man reflekterar utifrån någon annans tankar. Att man ser sig själv utifrån hur man tror att någon annan ser på en, har således all betydelse för vilken emotion man upplever. Men vilka faktorer och personer som spelar störst roll i vår självuppfattning är kontextberoende och varierar i olika miljöer och sammanhang. Direkt eller indirekt är dock uppfattningen av hur man framställs för andra en kontrollerande kraft hos alla människor. De emotioner som skapas i spegeljagsprocessen kan exempelvis vara antingen stolthet eller förödmjukelse. Stolthet uppstår av att man är nöjd med sig själv och är tillfredsställd med det intryck man ger, medan förödmjukelse uppstår av en nedvärderande upplevelse av framställningen, och man känner sig nedtryckt. När man umgås med en person som man upplever har stor betydelse för en, tenderar man att anamma dennes bedömning av en själv och att se omvärlden ur dennes perspektiv. I sällskap med en mer betydelsefull person förvandlas den som är känslig temporärt till en tolkning av hur den andre tror att han är. Därmed formas personligheten genom maktförhållanden i individers föreställningsvärld, och genom att förutspå hur man framstår för människor i omgivningen. Många människor är omedvetna om att de påverkas av vad andra tänker om dem, och förnekar att andras omdöme är viktigt för deras beteende, men detta är en illusion. I situationer där man råkar ut för misslyckande skapas medvetenheten om den påverkan andra har på en själv. Människors beteende styrs alltså av en självuppfattning som formas av personer i omgivningen (Cooley, 1964), vilket är tillämpligt på studiens gruppåverkan på individernas beteende i form av matlådeanvändande.

6 Metod

Metoden vi har valt är intervjuer, eftersom vi vill ta del av individernas erfarenheter kring fenomenet matlåda genom deras egna ord. För att fånga fenomenets djup och bredd vill vi kombinera individuella intervjuer med fokusgrupper. Med individuella intervjuer kan vi få djupare och mer ingående svar, eftersom intervjuaren fokuserar på en person. Med bredd menar vi att vi vill ta reda på vilka olika aspekter just de grupperna vi undersöker väger in om de väljer att ta med sig matlåda. Syftet är alltså inte att undersöka hur studenter använder matlåda i allmänhet. Nedan följer en motivering till varför vi har valt att använda oss av fokusgrupper, vad fokusgrupper innebär, hur urvalet har gått till, etiska aspekter samt tillvägagångssätt vid analys.

6.1 Fokusgrupper

En definition av fokusgrupper är att man samlar en grupp människor som under begränsad tid får diskutera ett givet ämne med varandra (Wibeck, 2000). Metoden är berikande för vår forskningsfråga då gruppmedlemmarna genom diskussionen av sina lunchvanor kan jämföra sina erfarenheter med varandra. Med fokusgrupper som metod analyseras inte bara vad deltagarna säger utan även interaktionen dem emellan. I en fokusgrupp kan samhörigheten i gruppen främja livliga och intressanta diskussioner. En av metodens nackdelar är att gruppen kan framkalla ett så kallat "group think" som innebär att det enligt gruppen endast finns ett sätt att tänka som är acceptabelt (ibid).

Intervjupersonerna informerades om att vi som intervjuare skulle hålla en låg profil, men att vi emellanåt skulle ställa vissa frågor, ibland rakt ut, och ibland riktade till specifika personer i gruppen. Deltagarna uppmuntrades att ställa frågor till varandra och kommentera varandras svar. För att behålla fokus på ämnet fanns en förberedd strukturerad intervjuguide, med färdiga teman och följdfrågor (se bilaga). Målet var dock att grupperna själva skulle beröra frågorna utan vår ledning och på så sätt öppnades det upp för att få del av nya infallsvinklar.

För att komplettera de två fokusgrupperna och få en djupare förståelse för fenomenet valde vi att genomföra individuella intervjuer med två personer som i sin tur brukade äta lunch tillsammans med varandra och ytterligare några personer. Intervjuguiden anpassades då till en individuell intervju med fortsatt syfte att behålla fokus på ämnet men med öppna frågor för att inte låsa interaktionen (Ryen, 2004). Totalt genomfördes två individuella intervjuer där båda brukade äta lunch ihop och två fokusgrupper som var existerande lunchgrupper med fem

respektive fyra personer. När det empiriska materialet var insamlat fanns mycket information som hade potential att besvara frågeställningen. För att kunna ta vara på det redan insamlade materialet bestämde vi oss för att inte göra fler intervjuer.

Ett annat alternativ av metod hade kunnat vara observationer på olika studentsamlingsplatser för att själva höra om diskussionerna om deras matlådor hade kommit upp och i så fall hur de hade pratat om dem. På så sätt hade vi direkt fått tillgång till hur de gjorde istället för att de i intervjuer berättade för oss hur de gör. Syftet var dock att höra vad specifika grupper tänkte och tyckte. I och med intervjuerna kunde de tillfrågas och på ett strukturerat sätt diskutera ämnet med varandra.

6.2 Urval

Då detta är en kvalitativ studie har vi inte haft för avsikt att få fram en generaliserbar kunskap som i kvantitativa undersökningar. Därför finns det ingen anledning att få deltagare som ska representera en komprimerad värld av verkligheten, då vi inte har avsett att exempelvis jämföra våra resultat mot en viss grupp (Ryen, 2004). Vi har inte tagit hänsyn till kön, etnicitet eller klass när vi gjort vårt urval, utan fokus har legat på att det är studenter som äter medhavd lunch tillsammans. Med ett kvalitativt tillvägagångssätt har vi kunnat få fram just de aktuella deltagarnas förståelse för fenomenet matlåda (Widerberg, 2002).

Enligt Ryen är det i en urvalsprocess viktigt att inte bara se till personer utan även välja ut miljöer där man verkligen kan undersöka ämnet. Ett val som gjordes var att intervjua studenter i grupp som oftast tog med sig sin egen mat då det är relevant för frågeställningen ”Hur påverkar matlådan gruppen och hur påverkar gruppen matlådan?”. Vi gick därför till samlingsplatser på samhällsvetenskapliga fakulteten där man kan värma mat och frågade de som satt i grupper om 4-5 personer ifall de brukade äta lunch ihop åtminstone cirka tre dagar i veckan. Wibeck (2000) skriver att det kan finnas en poäng med att intervjua redan existerande grupper just för att de inte är blyga för varandra, de är mer lättrekryterade och det ger forskaren en möjlighet att få en inblick i ett sammanhang där idéer formas och beslut fattas. I det här fallet gick varje grupp i samma klass och hade därmed samma schema. Nackdelen med att ha en existerande grupp kan vara att deltagarna faller in i de roller de har utanför samtalet (ibid). Detta märkte vi då det under gruppintervjuerna ibland kunde uppstå interna kommentarer som vi inte förstod eller kunde tolka. För att motivera deltagare att ställa upp bokades bara intervjuer på lunchtid, då de flesta var lediga och vi bjöd på lunch som tack för hjälpen. Vi kan efteråt konstatera att lunchen var ett bra sätt att samlas kring; det blev en avslappnad stämning och deltagarna var villiga att diskutera ämnet.

Alla deltagare är studenter vid den samhällsvetenskapliga fakulteten. Urvalet gjordes dels av praktiska skäl då vi hade tillgång till grupprum inom det området. På så sätt blev det nära och bekvämt för deltagarna att ta sig dit på lunchtid. Vi ansåg att grupprum även var en bra plats då det inte är ett för stort rum; samtal kunde föras ostört och det är en miljö som de flesta studenter är vana att vistas i och på så sätt var alla på hemmaplan (Wibeck, 2000).

6.3 Etiska aspekter

Deltagarna informerades om vad det innebar att medverka i denna studie och vad den handlade om. De blev lovade att deras uppgifter skulle behandlas konfidentiellt (Ryen, 2004). Alla intervjuer spelades in med deltagarnas godkännande och vi meddelade att de när som helst kunde trycka av inspelningsapparaten om de ville. Intervjuerna hölls som tidigare nämnt i avskilda grupprum, för att deltagarna skulle kunna prata ostört. För att deltagarna även skulle kunna känna sig fria att uttrycka sig inom gruppen, bad vi dem att inte sprida ut den information de fick ta del av under tillfället (Wibeck, 2000). Alla namn fingerades i transkriptionen och ljudfilerna förstördes. Ämnen de studerar nämns inte i uppsatsen då de inte är en betydande faktor för vår studie. I och med intervjun lovade vi intervjupersonerna att de skulle få ta del av den färdiga studien. Därför kommer vi skicka uppsatsen till dem via e-post.

6.4 Tillvägagångssätt vid analys

När intervjuerna var genomförda transkriberades de exakt som deltagarna pratade. Vi behöll alltså varje ”mmm”, ”liksom” och ”typ”, men i analysen är de tillputsade för att vara mer läsvänliga. Utgångspunkten var att undersöka de sociala relationerna, men vilka specifika teorier skulle användas valdes efter vad som passade det empiriska materialet. Vi har haft ett empirinära förhållningssätt vid tematiseringen (Widerberg, 2002), då vi utgick från vårt empiriska material när vi plockade ut teman som var genomgående för intervjuerna. Vad som genomsyrar alla teman är något vi kallar för ett ”hushållsideal” där den egenlagade maten upphöjs, tillsammans med vikten av de sociala relationerna. Efter det första temat om ”hushållsidealet” följer rubrikerna: ”äta tillsammans i grupp”, ”sällskapet framförallt”, ”partners påverkan på användandet av matlåda”, ”(o)intresse för matlagning”, ”strävan efter att uppnå gruppens ideal”, ”matlådans främjande av hälsa”, ”inställningen till den djupfrysta matlådan” och slutligen, ”den egna matlådan i relation till andras”.

7 Analys

I analysen behandlas data från två fokusgrupper och två individuella intervjuer. Fokusgrupperna är två befintliga lunchgrupper och personerna i de individuella intervjuerna tillhör i sin tur samma lunchgrupp. Gemensamt för alla grupper är att när de har ”heldagar” i skolan äter de lunch tillsammans med en återkommande grupp i klassen och de utgår alla ifrån att åtminstone någon har med sig matlåda.

Grupp 1 består av Terese, Ylva, Fredrik, Carin och Sebastian, som äter lunch tillsammans cirka tre-fyra dagar i veckan. Om någon inte har matlåda med sig går den personen iväg och köper något i närheten och ansluter sedan till gruppen, som oftast sitter i ett lunchrum.

Grupp 2 består av Siri, Hanna, Fanny och Klara. När de är i skolan äter de tillsammans, ofta med ytterligare några vänner. Den som inte har matlåda med sig brukar oftast köpa något på ett café.

Linn och Elisabet, som intervjuats individuellt, brukar också äta lunch ihop, tillsammans med ett gäng andra tjejer. De brukar sitta på ett café där man kan värma maten, och för dem som inte har med sig finns det mat att köpa.

Alla deltagare befinner sig till vardags i kvarteret Paradiset i centrala Lund, där de samhällsvetenskapliga institutionerna finns samlade. I kvarteret finns ett hus med tillgång till mikrovågsugnar dit många går för att värma sin medhavda mat. Här finns ett tiotal mikrovågsugnar och ett stort antal sittplatser. Detta hus är under lunchtimmen välbesökt av studenter från de samhällsvetenskapliga och teologiska institutionerna, och det refereras ofta till i intervjuerna. Intill ligger ett café som säljer både lunch och fika. Vid detta café finns även några mikrovågsugnar där man kan värma egen mat. Detta skapar goda möjligheter för gemensamt ätande även i grupper där deltagarna har olika vanor, eftersom man kan värma och köpa mat på samma plats. Inom gångavstånd från Paradiset finns både restauranger, caféer, livsmedelsbutiker och studentnationer med lunchservering, som även de nämns i intervjuerna.

7.1 Hushållsidealet

I vad vi har valt att kalla för ”hushållsidealet” ligger många olika aspekter som kom fram i intervjuerna. Det finns en allmän uppfattning i samtliga intervjuer om att den medhavda, hemlagade matlådan är idealet. Att ta med sig matlåda beskrivs bland annat med orden ”husligt”, ”duktigt”, ”ansvarstagande” och att det ”ser bra ut”. Intervjupersonerna upplever att det, både i samhället och bland studenter, är ett agerande som förväntas. Utöver

hur den hemlagade matlådan uppfattas av andra ligger det även förväntningar på medvetenhet om exempelvis hälsa och ekonomi i bilden av hushållsidealet. Detta presenteras närmare i följande analys. Maria Nyberg (2009) använder uttrycket ”det hemlagade idealet” (s. 199) för att beskriva idealiseringen av den hemlagade maten. Nedan följer ett samtal om matlådan mellan deltagarna i Grupp 1.

Terese: Jag tror att ta med sig egen lagad mat hemifrån är definitivt på uppgång, att det är något som kommer mer och mer, det är lite trendigt på något sätt.

Sebastian: Jag tror att det är en del i den här trenden med att man ska vara mer medveten om ingredienser och så här.

Terese: Ja, precis. Det är mer miljömässigt hållbart och nyttigare, och det är inte så fint att konsumera alltför mycket och gå ut och äta och liksom slösa och så där, faktiskt.

Här ger Terese och Sebastian uttryck för vad de uppfattar är ett hushållsideal, och de nämner aspekter som medvetenhet om miljö, konsumtion, hälsa och ekonomi.

7.2 Äta tillsammans i grupp

Medlemmar från alla de lunchgrupper vi har studerat berättar att lunchmaten ger upphov till samtal och diskussioner, att matlådornas innehåll är något man iakttar och pratar om sinsemellan. Precis samma fenomen ser Maria Nyberg (2009) i sina studier av arbetsplatsluncher, där just det hemlagade verkar vara ett större samtalsämne än den köpta maten. Ylva i Grupp 1 resonerar kring hur det egentligen kommer sig att matlådan är det självklara valet för hennes grupp.

Jag tror att vi så här legitimerar matlådan väldigt mycket inför varandra och att vi liksom förstärker det beteendet typ. Vi har kanske inte den anledningen att vi inte bestämt när vi ska ut och äta på restaurang gemensamt, det kan ju vara för att vi helt enkelt inte känner att vi har ett behov av det. /.../ vi är en väldigt sluten lunchgrupp /.../ det är ju väldigt lite annan input som skulle kunna påverka oss och tänka annorlunda kring det här, det tror jag verkligen att vi såhär förhöjer matlådan (Ylva).

Gruppdeltagarna samlas på samma fysiska plats kring det gemensamma ätandet och alla har med sig varsin matlåda. Durkheim beskriver detta som resultatet av ritualernas roll, skapelsen av en delad känsla och upplevelse. När de träffas på lunchen skapas en fysisk harmonisering och när de äter tillsammans ur sina matlådor genomför de gemensamma handlingar som genom inbördes likhet skapar en kollektiv självmedvetenhet och stereotypisering (Collins, 2004). Det står klart att alla deltagare i våra intervjuer har olika starkt intresse av mat, men att de som är mer intresserade även uppmuntrar de mer ointresserade till att laga mat och ta med sig matlådor. Vi tolkar detta som att de i viss mån påverkar varandras användande av matlådor och att matlagning är något som främjas inför varandra. Alla grupper har matlådan som gemensamt fokus. Matlådan blir en symbol för

gruppen och används som ett heligt objekt, eftersom det är något som gruppen samlas runt (Collins, 2004). Gruppens gemensamma värderingar symboliseras då genom matlådan.

Elisabet, från en av de individuella intervjuerna, säger att matlådan för henne kan upplevas som en statusmarkör inom gruppen.

Jag vet inte om det är jag som tolkar in för mycket, eller om det är liksom lite status ändå att ha matlåda med sig /.../ Det är ju alltid någon som kommenterar någons matlåda känns det lite som, och ofta är det lite att ”å det där ser gott ut” eller ”vad duktig du är” (Elisabet).

Då det ofta kommer positiva kommentarer om den medhavda maten upplever Elisabet att de andra medlemmarna i gruppen ser matlådan som idealet. Utifrån hennes uppfattning om vad de andra i gruppen tycker, formas en upplevelse av hur gruppjaget (jfr. Cooley, 1964) ser ut och vilka gemensamma värderingar och ideal som råder i gruppen hon tillhör. Utifrån vad Terese säger i nästkommande citat kan vi se att matlådan är det ”bästa” alternativet i Grupp 1, även om hon från början tycker att det är kul att gå ut och äta.

Jag tycker väl kanske i grunden att det är lite kul att gå ut och äta, men det blir ju att vår lunch byggs från matlådan, alltså den står ju i högre status än att gå ut eller så. Och därför känns det ju som, tror jag att det kanske kan ha påverkat mig lite till att tycka att det är lite roligare att laga mat och göra matlådor nu faktiskt (Terese).

Terese finner sig i att matlådan står högt i status och låter sig inspireras till att bli bättre på matlagning (då hon tidigare klagat på sin matlagning), och på så sätt uppskattar hon matlådan mer. Matlådan blir i detta och i kommande citat exempel på att den används i gruppen som ett heligt objekt (Collins, 2004) där lunchen utgår från matlådan och det är den som står i högre status än de andra lunchalternativen. Deltagare i båda grupperna talar om på vilket sätt de inspireras och blir inspirerade av varandra genom sin matlagning. Siri i Grupp 2 säger: ”Alltså vi får inspiration från varandra, för ibland blir det ju lite att man gör samma sak flera gånger i månaden liksom. Då får man lite inspiration och kan variera sina rätter lite”. Även Grupp 1 diskuterar detta och hur Terese har blivit inspirerad av de andras matlagningsvanor:

Ylva: Vi har ju fått Terese att investera i en mixerstav, det har ju verkligen med lunchvanor att göra, för du aldrig hade med dig soppa eller någonting.

Terese: Exakt, nej det är alltid det, att ni har mixad soppa med er och jag har aldrig det.

Terese uttrycker ”ni har alltid...” och skulle kunna tänkas uttrycka en skillnad mellan henne själv och de andra i gruppen. Det tolkar vi som en process i formandet av gruppjaget (Cooley, 1964) där medlemmarna i gruppen inspireras och inspireras till att laga liknande mat, och på så sätt främjar gemensamma åsikter och göranden.

7.3 Sällskapet framför allt

Även om det enligt intervjupersonerna finns många fördelar med att ta med sig mat är det allra viktigaste för vissa att inte äta ensam. Fanny resonerar kring hur hon tror att hon kommer göra när hon arbetar i framtiden:

Det beror ju på var man jobbar, men det kan nog vara ganska känsligt i början tänker jag, alltså hela den här grejen liksom, att äta ensam, inte just vad man har för mat med sig eller så men just det, eller jag tycker att det är en väldigt sorglig bild, en person som sitter själv och äter, tycker det känns jobbigt (Fanny).

Då Fanny är den i Grupp 2 som inte i lika stor utsträckning som de övriga gruppmedlemmarna har med sig en matlåda, får vi här svaret att det viktigaste är ändå gemenskapen. Hur gruppen gör är det som överväger och då äter hon hellre med sin grupp som har matlådor än sitter själv någonstans. På det sätt som Fanny ser en person som sitter ensam och äter vill hon inte bli sedd av andra, vilket är ytterligare ett uttryck för att man ser sig själv utifrån andras perspektiv, det vill säga spegeljaget (Cooley, 1964). Hon verkar tycka synd om den som är ensam, och är rädd för att andra ska tänka på samma sätt om henne. Därför är det viktigaste för henne att äta tillsammans med sina vänner, oavsett vilken sorts mat de har på tallrikarna.

Linn som nästan alltid tar med sig mat, främst för det är ekonomiskt men också för att hon tycker det är kul med matlagning, tror att hon skulle äta ute mer om gruppen gjorde det: ”Om alla de jag äter med skulle vilja gå ut och äta eller att alla skulle köpa mat så hade jag kanske börjat göra det mer så på så vis skulle man kunna påverka varandra” (Linn). Utifrån Linns perspektiv är det inte hennes specifika grupp i sig som är det viktigaste för val av lunch, utan vilka ritualer som finns i den grupp eller de grupper man tillhör och kommer att tillhöra.

7.4 Partners påverkan på användandet av matlåda

Flera av intervjupersonerna berättar om hur deras boendesituation och civilstånd påverkar mat- såväl som lunchvanor, något som går att se även i Nybergs (2009) och Janssons (1993) studier om matvanor på arbetsplatser och i hushåll. Ylva resonerar kring att matlådan på lunchen är den socialt viktigaste måltiden när man bor själv, och att det ersätter den måltidsgemenskap man har haft hemma med sin familj under uppväxten. Det talar inte specifikt för användandet av matlåda, men bekräftar Nybergs resultat om familjesituationens betydelse för vilka måltider man prioriterar (2009). Precis som i Janssons rapport (1993) uttrycker de kvinnor i Grupp 2 som har sambo/pojkvän att det sker en anpassning till mannen vad gäller matlagning och valet av mat.

Hanna: När jag är själv brukar jag kaka tillagad mat på lunchen och på kvällen brukar jag äta omelett /.../ men när jag träffar min kille så ska det vara lite *finare* så helt plötsligt får jag för mig att vi måste laga *jättefin* fancy mat /.../

Klara: Är det för att du tänker att du ska visa upp honom fancy mat eller är det för att du tänker att han inte kommer stå sig på att äta två ägg till middag?

Hanna: Det är nog det sista där ja, att han nog inte står sig på det.

Fanny: Och det känns väl lite roligare också om han kommer om du bjuder på någonting gott, du vill ju att han ska må bra liksom /.../

Klara: Och att det är mysigt att äta tillsammans.

Hanna: Ja, precis, så kan man ta ett glas rödvin till, det är inte så mysigt att ha rödvin till ägg. /.../

Klara: Hade jag varit ledig en kväll hemma själv kan jag äta gröt till middag, men du vet att det paltar inte han [min sambo] så då måste jag ändå... Vi har så att jag lagar mat och han diskar, så det är inte det att jag måste laga mat men det blir så. (...) Han behöver mer mat näringsmässigt än vad jag behöver, och då står han sig inte på gröt och då blir det att man gör kött och fisk och så där.

Enligt Nyberg (2009) har de sociala relationerna stor betydelse för måltiden, och i föregående citat ser vi precis det som Jansson (1993) skriver om. Kvinnan anpassar sin matlagning efter mannens behov av mat och näring, men även efter den sociala situationen, att det är roligare att äta något finare när man har sällskap vid matbordet. Många i intervjuerna är överens om att matlådan kan bli mer varierad om man har bjudit på mat dagen innan, just för att man vill prova något nytt och har lagt ner mer tid på maten. I parförhållandet kan man också påverka varandras lunchvanor, vilket till exempel syns i samtalet mellan Ylva och Sebastian där de talar om hur Sebastians användande av matlåda har förändrats sedan han regelbundet började laga mat tillsammans med Ylva:

Sebastian: I våras hade jag aldrig matlåda, nej.

Ylva: Men då lagade vi ju inte mat ihop, förra våren. *Jag* hade matlåda förra våren. Jag tror att det är jag som har infört matlådan lite i Sebastians liv.

Här har anpassningen till varandra snarare skett på Ylvas villkor, då Sebastian på grund av henne börjat använda matlåda mer än tidigare. Dessutom berättar de att de ofta äter soppa, vilket enligt Ylva själv är hennes ideallunch. Dock talar Ylva även om att det vid storkok blir färre matlådor över än när hon lagade själv, eftersom Sebastian äter mer än hon gör.

7.5 (O)intresse för matlagning

I vilken grad intervjupersonerna använder matlåda beror mycket på det personliga intresset för matlagning. De (både män och kvinnor) som har ett stort matlagningsintresse ser matlådan som en större självklarhet än de som inte tycker det är lika roligt att laga mat. Utifrån intervjuerna uppfattar vi att en stor anledning till att de med mindre intresse tar med sig matlåda är att de upplever förväntningar både från gruppen och från samhället, snarare än

att de själva egentligen vill det. Några personer säger i intervjuerna med viss försiktighet att de gärna skulle gå ut och äta oftare, medan flera andra i många fall sätter matlådan högre än restaurangmat. En av de som gärna skulle gå ut och äta mer är Terese i Grupp 1.

Ylva: Det känns som att det som avviker är att Terese är osäker på sin matlagning och tycker inte det är jätteroligt, och vi tycker att det är roligt.

Sebastian: Jag känner igen det där jättemycket, för anledningen till att jag inte hade matlåda mycket förut var för att jag lagade liksom ingen kul, god mat.

I diskussionen kring vad som är bra mat svarar Fredrik, som tycker om långkok, att det bör vara en rätt som har tagit lite längre tid att laga, något som man har kunnat lägga kärlek på och inte bara ”slängt ihop”. Även om inte resten av gruppen i samma utsträckning delar Fredriks passion för matlagning, ser vi en beundran från de övriga gruppmedlemmarna gentemot hans ambitioner. Alltså värderas intresset högt, även av dem som inte själva är lika intresserade.

I användandet av matlåda finns en stor ekonomisk aspekt, med tanke på att studenter ofta inte har särskilt hög inkomst, och ekonomin nämns upprepade gånger under intervjuerna. Dock är det inte många som enligt sig själva skulle välja att alltid äta mat ute även om de hade obegränsade ekonomiska tillgångar. Särskilt kvinnorna i Grupp 2 talar om att de skulle laga mer mat med bättre kvalitet, snarare än att konsekvent gå ut och äta. Detta kan bero på flera olika saker, men en av orsakerna är om man har ett starkt intresse för matlagning.

Klara: Min förhoppning /.../ alltså jag har ett väldigt matlagningsintresse så jag kommer nog alltid laga middag, och då kommer jag alltid ha matlåda, tänker jag.

Siri: Hade man inte haft mer tid än vad man har nu så hade man kanske gått ut och käkat istället. Och så lagat någon dag liksom, men då hade man haft mycket finare mat i alla fall, bättre råvaror, mer ekologiskt tänker jag, mer bra grejer som är bra inte bara för en själv utan för miljön och för djuren. Och mer fina grönsaker kanske /.../ Men det är nog för att vi gillar att laga mat, annars hade man nog inte gjort det. Jag vet inte vad jag hade gjort med mina kvällar om jag inte hade gjort matlåda. Att planera, laga och handla är det roligaste på hela dagen.

Under intervjun återkommer Klara och Siri till att de är mycket matlagningsintresserade. I ovanstående citat uttrycker Siri att ”vi gillar att laga mat”. Här talar hon för hela gruppen och inkluderar alla gruppmedlemmarna i gruppjaget (Cooley, 1964). Tidigare forskning har visat att tid är en viktig aspekt i valet av mat (Connors et al., 2001; Furst et al. 1996; Nyberg, 2009). För Klara och Siri är matlagningen inte en belastning eller ett ”måste”, eftersom det är ett stort intresse och något som de gärna väljer att lägga tid på.

7.6 Strävan efter att uppnå gruppens ideal

För alla gruppmedlemmar är matlådan inte lika självklar, men de uppmuntras av vännerna att ta med den och de kan definitivt se nyttan med matlådan. En fördel med matlåda som uttrycktes i en av intervjuerna var att den hjälper till att styra upp vardagen.

För *mig* så skapar det faktiskt lite mer rutin i vardagen, för det tvingar en själv /.../ Har jag matlåda så lagar jag mat på kvällen, och då äter jag på kvällen, riktig mat, och på dagen också, det skapar en struktur i vardagen som man annars kanske inte hade haft där. Om jag skulle sitta hemma en hel dag och plugga istället för att sitta här, då hade jag kanske inte *lagat* mat, och bara ätit typ *mackor* hela tiden (Terese).

Enligt Terese i Grupp 1 skapar matlådan för henne en positiv spiral eftersom hon tack vare den ”tvingas” till en vardagsrutin med lagad mat på både dagen och kvällen, en eftersträvansvärd rutin som hon kanske inte skulle följa annars. Detta kontrasterar vi mot Fanny i Grupp 2 som inte har en inarbetad vana att ta med matlåda, och inte heller några givna matlagningsrutiner i hemmet. I hennes fall tenderar det snarare att uppstå en negativ spiral, med varken eller.

Jag har med matlådor ibland, men jag är väl lite lat när det kommer till att laga mat och så. Så brukar jag äta smörgåsar från det caféet som ligger i skolan. /.../ Det är väl jättebra att ta med matlåda, dels för att det är godare i längden och billigare, men av någon anledning så blir det sällan så (Fanny).

/.../

Siri: Men du [Fanny] lagar väl mat på kvällarna?

Fanny: Jo, jag lagar mat på kvällarna men...

Siri: Det blir inte över liksom?

Fanny: Ibland blir det inte över, ibland blir jag så besviken så att jag orkar inte...

Både Terese från Grupp 1 och Fanny från Grupp 2 ”avviker” till viss del från sina grupper, då de inte har lika stort matlagningsintresse som flera andra i grupperna. Däremot gör de båda kvinnorna olika prioriteringar i sina matval i förhållande till varandra och de påverkas på olika sätt av gruppen. Terese påverkas av sin grupp genom att hon gör matlådan till en rutin i sin vardag. Fanny uttrycker sig positivt om matlådan, men verkar däremot inte ha påverkats så mycket att hon fullt ut har förändrat sina vanor för att anpassa sig till gruppen. Grupper skapar tillsammans, enligt Goffman, ritualer som utförs för att skapa en social solidaritet och bekräftelse att man är en del av gruppen (Collins, 2004). Gruppens ritual består i det här fallet av att äta lunch tillsammans, och att maten är medhavd. Fanny i det tidigare citatet ursäktar sitt beteende som avviker från resten av gruppen. Vad som blir tydligt är den strävan som finns efter att uppnå gruppens ideal och det som vi kallar för hushållsidealet är centralt. Eftersom matlådan har en så uttalat central roll i de aktuella grupperna är det naturligt att detta är vad man som gruppmedlem strävar efter.

7.7 Matlådans främjande av hälsa

På frågan om varför intervjupersonerna tar med sig matlåda kommer hälsoaspekten upp i de flesta intervjuer. Deltagarna gör mer eller mindre aktiva val utifrån hälsosynpunkt, men för vissa är hälsan och nyttigheten avgörande faktorer för valet av lunchmat (jfr. principerna för livsmedelsval hos Furst et. al., 1996; Connors et. al., 2001).

Intervjuare: Hur kommer det sig att ni tar med matlåda?

Klara: Framförallt pengarna, men sen, jag är ganska mycket så att jag vill veta vad jag äter och ha koll på vad det är jag äter, så jag lagar gärna maten själv.

Däremot verkar det vara olika hur väl insatta deltagarna är i hälsofrågor. Många uttalanden om matens nyttighet baseras uttryckligen på en ”känsla”, en uppfattning av hur idealet ser ut och vilka normer samhället signalerar. Det finns även en utbredd åsikt om tillsatser i färdiglagad mat och hur dåligt det är. Intervjupersonerna verkar ta för givet att den hemlagade husmanskosten är det optimala och det nyttigaste.

Precis som många har sagt att, man *vet* mer vad man får i sig, det känns mer *nyttigt* och *fräscht*. Det finns massor av studier som visar att det är hur mycket fett som helst i såser till exempel, men om jag äter min soppa då vet jag vad det är i den till exempel (Ylva).

/.../

[apropå färdiga Kelda-soppor] ...det känns ju bättre att *inte* köpa sådan soppa för man tänker att det är typ två kilo socker i den (Ylva).

Elisabet talar också om känslan av att hemlagad mat är nyttigare: ”Det *känns* hälsosammare. För man vet aldrig riktigt vad de stoppar i ute”.

Nyberg (2009) menar att motviljan mot köpt mat kan grunda sig i den föreställning man har om ”det hemlagade idealet”, men även i att köpt mat är opersonlig och att man inte känner till dess ursprung och tillagningsprocess.

Det blir tydligt att även hälsotänkandet är något som många får av andra, både inom gruppen och allmänt från samhället. Informanter uttrycker att de lär sig att det är bra att vara hälsosam och äta vissa saker och undvika andra. Siri har en föreställning om vad som är hälsosam mat, men hon berättar att hon egentligen inte vet var den kunskapen kommer ifrån.

Klara: Jag kan väl säga att jag fallit för trycket när det gäller nyttighetstänket /.../

Siri: Det är så många som utesluter eller tar i mindre kolhydrater, det tänker jag på jätteofta. Nu har jag en måltid om dagen där jag inte äter kolhydrater, även fast jag egentligen inte vet varför, för jag har inte läst på om det. Alla andra gör det så då ska jag också vara med. Det tycker jag... där har det hänt någonting.

Här blir gruppritualerna tydliga då kost med lägre kolhydratinnehåll är något som diskuterats tidigare i Grupp 2. Två av deltagarna berättar att de försöker undvika kolhydrater helt, och det skulle kunna vara så att Siri blir påverkad av denna ritual (Collins, 2004), även

om den inte är allmänt gällande för hela gruppen. Hon nämner tidigare i intervjun att hon ibland kan jämföra sin mat med de i gruppen som äter nyttigt och tänka att hennes egen mat är mer onyttig. Hon ser sig själv då utifrån de andras ögon, på det sätt som Cooley kallar ”spegeljaget” (Cooley, 1964), och justerar därför till viss del sina matvanor utifrån hur hon tror att de uppfattas av de andra i gruppen. Även om de i gruppen är tydliga med att alla får äta precis vad de själva vill, kan strävan efter en måltid fri från kolhydrater vara något som gruppen omedvetet påverkar henne till.

7.8 Inställningen till den köpta djupfrysta matlådan

Det finns en stor skillnad mellan den hemlagade matlådan och den köpta, djupfrysta matlådan. I majoriteten av intervjuerna förekommer en skepsis kring användandet av färdigportionerad, djupfryst mat. En stark kritik är att de inte känner till innehållet i den köpta matlådan och att den således inte är lika nyttig som den hemlagade. En annan aspekt är att den köpta matlådan är dyrare än den som man lagar själv. Visserligen är den billigare än att köpa mat på restaurang eller café, men smakmässigt är den inte jämförbar med maten på restaurang. Att den är billigare än restauranglunchen är alltså ovidkommande då smaken inte är lika bra (jfr. Nyberg, 2009).

Siri: Det finns ingen anledning, det är dyrare än att laga egen mat och det är inte lika gott, och så har man ingen aning om vad det är i, konserveringsmedel och... /.../ Sen är det inte så billigt med sådana rätter heller.

Klara: Om man jämför med att köpa mat ute så är det ju billigare att köpa en sådan, men inte om man jämför med att laga själv.

Samma intervjupersoner som tidigare har uttryckt sitt starka matlagningsintresse uttalar sig nu väldigt negativt om den köpta matlådan, men generellt är hela gruppen negativ till detta alternativ. Det är enklare för dem med starkt, genuint matlagningsintresse att vara kritisk mot färdigmat. Den tid som går åt till att laga mat ser de inte som en uppoffring, och därför förstår de inte poängen med att köpa färdig mat för att spara tid. Dock har som sagt resten av gruppen också kritiska åsikter mot färdigmaten.

I Grupp 1 är det också tydligt att färdigmat inte är fullt ut accepterat, men de är inte helt eniga.

Ylva: Jag tror att vi alla ser *ner* på frysmat
/.../

Terese: Men jag kommer jobba idag, och ska jobba ikväll. Då kommer jag få behöva gå till Hemköp och köpa nånting för jag har ju inte med mig nånting idag.

Ylva: Men du behöver inte köpa *fuskmat*.

Sebastian: Men du behöver ju inte köpa nånting som är så här tillagat i en typ fabrik...

Här uttrycker Ylva en gemensam åsikt för gruppen när hon talar om ett ”vi”, något som vi utifrån Cooley tolkar som ett ”gruppjag” (1964). Terese däremot är inte riktigt med på vad Ylva menar att alla i gruppen tycker, utan ifrågasätter detta. Gruppjaget stärks av gemensamma åsikter och tydliga distinktioner mellan ”vi och de” (ibid). Vi tolkar det som att Ylva och Sebastian försöker övertala Terese att hon ska göra som de gör och inte köpa färdigrätter för att stimulera gruppjaget och något som ”vi” i gruppen tycker.

7.9 Den egna matlådan i relation till andras

”Det ser lite bättre ut att ha matlåda med sig, kan jag tycka /.../ det är lite så här husligt och duktigt /.../ egentligen är det kanske jag som känner så, för att inte jag gör det så himla bra” (Elisabet). Här uttrycker Elisabet från en av de individuella intervjuerna att det finns en etablerad ritual i gruppen, men är osäker på om denna ritual bara är hennes subjektiva upplevelse eller om den faktiskt finns där. Elisabet verkar jämföra sig med den bild hon har av hur de andra i gruppen tänker, och upplever att hon själv inte lever upp till den bilden. Något liknande ser vi i ett citat av Fanny i Grupp 2 där hon utgår från matlådans plats i gruppen: ”Jag är dålig på matlådor /.../ Det är en brist jag har.” Detta uttalande hade kanske inte förekommit i en intervju med en grupp där medlemmarna majoriteten av gångerna köper sin lunchmat ute. I en grupp som denna (Grupp 2) blir det tydligt om någon deltagare avviker från ritualerna (Collins, 2004) att ta med sin egen hemlagade mat. På samma sätt avviker man förmodligen om man i en grupp med ”ute-mat” är den som oftast tar med sig. Genom spegeljaget (Cooley, 1964) sätter Fanny sina vanor och sitt beteende i relation till resten av den grupp som hon är en del av. I den gruppen har många ett stort matlagningsintresse, och i relation till deras kunskaper och intresse upplever Fanny att något fattas i hennes vanor. Dock måste det tilläggas att det inom gruppen tycks finnas en hjärtlig stämning och att ingen verkar se ner på någon annan på grund av lunchvalen.

Elisabet talar om att de i hennes lunchgrupp heller aldrig skulle klanka ner på varandras mat. Däremot händer det att man själv ursäktar sig om man skulle ha en ”sämre” matlåda.

Om vi säger att jag skulle ha med mig färdiga köttbullar och pulvermos nu igen, så känner jag att jag kanske borde ha en ursäkt för varför jag har med mig det, men sen kan de [i gruppen] säga ”ja ja, men så blir det ju ibland”, eller ”man har inte alltid tid” eller, alltså ”det är också mat”, alltså att de också hittar en ursäkt för att det är väl okej att äta ibland (Elisabet).

Elisabet förklarar här att gruppen tillsammans hjälps åt att hitta ursäkter när man väljer det som hon upplever är det ”sämre” alternativet. Att ta med sig färdiga köttbullar och pulvermos avviker enligt Elisabet från gruppens ritual där den hemlagade maten är det man

utgår från. Enligt Collins (2004) skulle då gruppen visa förakt mot Elisabet då hon bryter mot den gemensamma moraliska uppfattningen. Här visar hon trots detta att beteendet ursäktas av gruppen. Dock visar det faktum att ursäkter är nödvändiga, att beteendet ändå inte är helt accepterat. I Grupp 2 säger Siri:

Siri: Fast hade jag tagit med mig det [färdiga köttbullar] hade jag nog inte skämts, men jag hade nog sagt typ att "shit vad stressigt det var igår, jag fick köpa köttbullar".

Fanny: Va, hade du det?

Siri: Ja, det hade jag nog gjort.

Som tidigare nämnts framgår det att Siri har ett stort matlagningsintresse. Det faktum att hon tror hon skulle ursäkta sig om hon hade färdiga köttbullar, är en kombination av att deras lunchgrupp anser sig vara matlagningsintresserade och att intresset är viktigt för hennes identitet. Ursäkten i Siris fall tolkar vi som en kombination av att hennes grupp är matlagningsintresserad, men på olika nivåer, och att hon själv har rollen som väldigt matlagningsintresserad och förväntas på så sätt av de andra att ha bra mat. I den situationen ser Siri sig själv från de andras ögon, vilket Cooley kallar för "spegeljaget" (Cooley, 1964), och ursäktar sig för att upprätthålla sin roll. Fanny i sin tur ifrågasätter ett sådant beteende, kanske för att hon själv inte känner igen sig i det beteendet och i den rollen, då hon är den som minst frekvent tar med sig egen mat. Även i Grupp 1 utmärker sig spegeljaget då de ser sig själva från de andras synvinkel genom att sträva efter deras reaktioner och komplimanger.

När vi [Ylva och Sebastian] gjorde kött i ugn, typ under fem sex timmar, för några veckor sen, då var det så här "ha ha, undrar vad de ska säga nu!" /.../ Det var verkligen så, vi sa ju det, "nu kommer de minsann bli imponerade" /.../ Nu gör vi något avancerat och det kommer bli massa lunchlådor (Ylva).

/.../

Jag var på middag hos min bror och hans tjej och då hade de lagat skitgod mat och då sa jag direkt "det här ska jag laga, å vad de kommer bli imponerade" (Terese).

I de två citaten ovan syns hur individerna får en känsla av stolthet utifrån de andras bekräftelse. Fredrik ger ett exempel nedan på att han gärna har med sig mat som ser bra ut just för att få komplimanger som leder till stolthet. Enligt Cooley (ibid) försöker man framställa sig själv på ett så positivt sätt som möjligt. Konsekvensen av hur man upplever att andra uppfattar en själv, leder till en självkänsla i form av skam eller stolthet. Alltså vill man undvika skam och istället sträva efter stolthet, något som även Fredrik uttrycker när han säger:

Ja, men det där med komplimanger är ju viktigt /.../ Jag tycker att det är kul att ta med mig potatis man har gjort i ugn, och den blir ju inte superbra när man värmer den i micro, men jag har ändå gärna med mig det (Fredrik).

Då matlådan äts offentligt har Fredrik en taktik som han använder när han väljer vad han ska ta med sig:

Om man vet att nu ska jag liksom iväg och den här dagen ska jag sitta hemma, då sparar jag hellre matlådan tills när jag ska gå någonstans och äter en sjabbig lunch hemma. Det är dels smidigt, det är dels ingen som ser, ingen kan döma mig när jag äter en sjabbig lunch (Fredrik).

Under intervjun framgår det att Fredrik är mycket matlagningsintresserad och att han gärna lagar mat helhjärtat. Bekräftelsen han får från de andra stärker hans identitet och han undviker att äta något som inte ser så gott ut inför andra för att undvika skam (Cooley, 1964). Deltagarna i Grupp 2 säger själva att de inte undviker att ta med vissa sorters matlådor med tanke på vad resten i gruppen ska tycka.

Fanny: Men alltså när jag inte tar med, när jag blir besviken så är det inte att jag är rädd för att visa upp den för nån annan utan också för att jag tycker att det blir så äckligt att jag inte vill äta den liksom, eller så vill jag äta den hemma för det är lite jobbigt att ta med typ ketchup och salt, peppar och massa kryddor och såhär, så det är mer såna anledningar.

Hanna: Nej, jag tror inte heller vi har några såna här... det spelar nog inte så stor roll /.../ vi tänker ju inte så mycket på hur matlådan ser ut.

Som vi ser bland annat i Fredriks citat tidigare finns det i Grupp 1 en öppenhet kring hur man tänker om att bli påverkad av vad de andra gruppmedlemmarna tycker om deras mat, medan Grupp 2 är överens om att de inte tänker på vilka reaktioner de kommer få. I och med det samförstånd som fanns i de båda grupperna angående de två ytterligheterna finns möjligheten att ett så kallat ”group think” har uppstått och i så fall har de skapat ett gemensamt ”rätt” i diskussionen (Wibeck, 2000).

Enligt Elisabet från den enskilda intervjun överväger hon inte att undvika någon mat för att det inte skulle se bra ut. Däremot tänker hon på det när hon tar fram sin matlåda.

Det är ju inte så att jag undviker att ta med mig någonting för att jag tänker vad de andra skulle tycka om det. Men när jag väl sitter där kan jag nog tänka på det ändå. Men det stoppar mig inte riktigt så (Elisabet).

Elisabets citat är kanske här det mest komplexa. Hon uttrycker sig som om att själva innehållet i matlådan inte spelar någon stor roll i hennes lunchgrupp, men det är ändå med viss reservation hon sitter och äter tillsammans med gruppen. Det tyder på att det trots allt finns någon form av förväntningar, även om de inte är så pass starka att de påverkar hennes faktiska val. Om detta uttalande beror på hur tankarna i hennes grupp ser ut eller om det beror på intervjusituationen är oklart. Hon kan ha lättare att uttrycka sina subjektiva åsikter eftersom hennes grupp inte är närvarande, men å andra sidan vet vi inte heller åt vilket håll gruppens närvaro hade påverkat henne. Deltagare i gruppintervjuerna kanske tänker likadant

som Elisabet, men det som kommer fram i de intervjuerna är gruppens gemensamma åsikter, i högre grad än de individuella tankarna.

Trots att matlådan är det heliga objektet för alla grupper så berättar Grupp 1 att de ibland tröttnar på den, men istället för att leta efter andra lunchalternativ har de kommit på en lösning.

För typ två tre veckor sen började Terese såhär ”jag ska börja presentera min mat varje dag på ett fint sätt”, det tycker jag är ganska talande, för att dels göra det roligare men också tror jag lite för att vi skulle börja, vi vill någonstans romantisera och liksom förbättra matlådan (Ylva).

Gruppen börjar därefter ge olika förslag på hur de på ett verbalt sätt kan göra sin ”vanliga” mat lite finare.

Sebastian: Potatispuré är ju också väldigt fint istället för att säga potatismos.

Terese: Ja, eller typ smör, smörslungad potatis.

/.../

Sebastian: Smörslungad låter väldigt gott.

Ylva: Dilldoftande smörslungad potatis.

/.../

Sebastian: Att man vill göra det liksom finare eller trevligare, ja det innebär ju att man har ganska tråkig syn på det egentligen, eller sämre åtminstone, relativt sett.

Som vi tidigare sett utgår Grupp 1 från matlådan och att den har högre status än andra alternativ. I deras reflektioner ovan framgår det dock att matlådan egentligen är ganska tråkig. För att ett objekt ska fortsätta vara heligt måste ritualerna i gruppen fortgå (Collins, 2004). Om ritualerna dör ut försvinner heligheten från objektet. När gruppen tröttnar på matlådan skulle de kunna välja andra lunchalternativ, men de väljer istället att utveckla sina ritualer. Genom kreativa lösningar skapar gruppen nya motiveringar för att bevara ritualerna och därmed även matlådans status och funktion som det heliga objektet. Tillvägagångssättet nyanserar bilden av den tidigare romantiserade matlådan som står högt i status och representerar hushållsidealet. Enligt alla intervjupersoner finns det goda argument för att ta med sig matlåda, men det finns även skiftningar i åsikter och inget är svart eller vitt.

8 Avslutande kapitel

I arbetet med denna uppsats har vi genomfört individuella intervjuer och intervjuer med fokusgrupper om deras användande av matlåda. Med utgångspunkt i huvudfrågeställningen om hur matlådan påverkar gruppen och hur gruppen påverkar matlådan har vi analyserat intervjumaterialet ur ett mikrosociologiskt perspektiv. Nedan sammanfattar vi vad vi har kommit fram till.

8.1 Hur påverkar matlådan gruppen och hur påverkar gruppen matlådan?

I samtliga grupper som vi har intervjuat utgår medlemmarna från att matlådan just nu i deras situation är den optimala lunchmaten. Grupperna har ett gemensamt intresse och en fysisk samlingspunkt där de enligt Durkheims och Goffmans terminologi skapar ”ritualer” (Collins, 2004), vilka uttrycks i att ta med sig egenlagad mat hemifrån som de äter tillsammans. Matlådan kommer att symbolisera gruppen och blir då ett ”heligt objekt” som prioriteras och står högt i status i de aktuella grupperna. Att istället köpa mat eller ta med sig matlåda som inte är tillagad i hemmet tolkar vi som ett avvikande från ritualerna och ett ”brott” mot gruppens gemensamma moral. Deras sätt att utåt uttrycka sin grupptillhörighet förstår vi med hjälp av Cooleys begrepp ”gruppjaget” (1964). I de etablerade grupperna formas gemensamma åsikter som uttrycks genom distinktionen mellan ”vi” och ”de”. Detta är något som kan uppfattas både inom gruppen och utåt gentemot andra grupper.

8.2 På vilket sätt påverkar gruppen individens användande av matlåda?

Individens beteende i förhållande till gruppen formas mycket av hur man tror att man uppfattas i de andras ögon, vilket enligt Cooley kallas för ”spegeljaget” (1964). Vissa gruppmedlemmar säger själva att de med omsorg väljer vilken sorts mat de vill äta offentligt, med syftet att det har betydelse vad man visar upp. Så gör dock inte alla, men några av dem som inte säger sig bry sig om vad de övriga i gruppen uppfattar, ger enligt vår tolkning ändå uttryck för viss medvetenhet om de andras påverkan. Det har framkommit att en del av deltagarna känner stolthet när de får komplimanger av andra i gruppen.

Vad vi har valt att kalla ”hushållsidealet” har varit genomgående i intervjuerna. I hushållsidealet ligger bland annat en föreställning om att det är ”duktigt” och ”ansvarstagande” att laga egen mat, och att det är eftersträvansvärt att bry sig om hälsa, ekonomi och miljö. Detta ”hushållsideal” uppfattar vi är något som skapas dels utifrån upplevda förväntningar från samhället, men också av upplevda förväntningar från gruppen.

Precis som fenomenet att ta med sig egenlagad mat hemifrån blir uppfattningarna om hushållsidealet då en ritual och en aspekt i forandet av gruppjaget.

8.3 Vilka förklaringar ger individer till att de använder matlåda?

Framför allt har det personliga intresset för matlagning varit en av individernas huvudsakliga förklaringar till varför de använder matlåda. De talar också om att det är mer hälsosamt att laga sin egen mat då man vet vad och hur mycket man äter. De som lever i parförhållande ger den gemensamma måltiden på kvällen som en anledning till att ha med sig matlåda nästa dag. Dessa förklaringar kan sammanfattas med begreppet ”hushållsidealet”, som även innefattar den ekonomiska medvetenheten. Sammanfattningsvis anser vi att de individuella förklaringarna har påverkan på bildandet av ”gruppjaget” då gruppen består av individer.

8.4 Slutdiskussion

I analysen har vi kunnat konstatera att grupperna har uttryckt sig exempelvis med orden ”vi tycker” vilket vi ser som att det bekräftar Cooleys gruppjag (1964). Deltagarna har ibland uttryckt, att de har gemensamma värderingar utan att egentligen undersöka om alla individer står bakom vissa åsikter, det är bara något de har antagit. Precis som deltagarna har behandlat sin grupp som ett gruppjag, har även vi som uppsatsförfattare ibland varit generaliserande och låtit åsikter som representerar ytterligheterna istället få representera hela gruppen. Vi har velat lyfta fram en del citat från intervjupersoner som avvek från sin egen grupp just för att visa att detta gruppjag som benämns som ”vi” inte representeras av alla deltagare. Dock kan citaten och analysen uppfattas som en representation av personens identitet, vilket kan vara en orättvis bedömning.

När vi har analyserat materialet har vi kunnat se att fokusgrupperna har uttryckt extrema åsikter jämfört med de individuella intervjuerna. Vi antar att det även här kan bero på ett så kallat ”group think” (Wibeck, 2000) där respektive grupper har olika jargonger där de uppmuntrar varandra att svara på ett visst sätt. I de individuella intervjuerna har det inte varit lika starka resonemang, dels för att det var mer en intervjusituation än diskussion men kanske också för att de inte fick stöd av andra när de uttryckte någonting. Att få se olikheterna mellan de individuella intervjuerna och fokusgrupperna har dock hjälpt oss att analysera de ”extrema” svaren mer kritiskt.

Vi har tolkat matlådan som ett heligt objekt (Collins, 2004) för alla intervjupersoner, både i fokusgrupperna och i de individuella intervjuerna. Dock lägger vi inte någon personlig värdering i vilket som är det ”bästa” sättet att äta lunch på.

Inledningsvis avgränsade vi vår studie till att främst undersöka matlådans roll i gruppåverkan och sociala interaktioner. Då gruppen består av individer har vi även tittat på individuella aspekter. Vi har dock inte kunnat fokusera på alla perspektiv som har berörts i intervjuerna. Den ekonomiska aspekten har varit en av deltagarnas huvudmotiveringar till att använda sig av matlåda, men då vi har utgått ifrån att det är en allmän motivering har vi medvetet fokuserat på andra faktorer. Vi är medvetna om att det förutom ekonomi finns fler individuella och strukturella aspekter, exempelvis uppväxt, som avgör de val man gör när och om man tar med sig matlåda. Dock har intervjupersonerna själva inte angett uppväxten som en utmärkande förklaring till deras lunchvanor. Huvudfrågan har inte varit att hitta de individuella eller strukturella aspekterna, utan vårt huvudsakliga fokus har legat på gruppinteraktionen. Resultatet kan därför inte representera en heltäckande bild av vad som grundar alla de intervjuade individernas personliga val. Vi har dock sett att det har funnits en betydande poäng med att använda just ett grupperspektiv då det har framkommit att individernas åsikter står i relation till den grupp den tillhör. Om vi inte hade intervjuat gruppen hade vi gått miste om denna information.

Genus är ytterligare en aspekt som har nämnts åtskilliga gånger under denna uppsats, utan att vi undersökt den djupare. Även detta var, som vi också visat i avgränsningen, ett medvetet val från vår sida. Trots att vi inte fokuserade på genusfrågor i intervjuerna berördes det i svaren vid flera tillfällen, vilket visar att det finns stor potential i ämnet. Det visade sig även vara centralt, framförallt i fokusgrupperna, att beroende på om man är i ett förhållande eller inte så anpassas matlagningen efter att man ska äta tillsammans. På så sätt känner man ett behov av att måltiden ska vara lite ”finare”. I vår analys valde vi att se detta utifrån en par- och inte en genusaspekt (jfr. Jansson, 1993). Inte heller våra valda teorier tar upp ett genusperspektiv. Om vi hade valt att fokusera på genusaspekten i analysen hade vi således behövt komplettera med fler teorier. Med ett annat syfte hade vi kunnat ägna en hel uppsats endast åt dylika frågor, vilket hade varit väldigt intressant. Detta visar att det finns stora möjligheter för framtida forskning i ämnet.

Hälsoaspekten var inte något vi i förväg förväntade oss skulle komma upp så mycket i resultatet, och därför ställde vi heller inga frågor direkt om detta ämne. Dock visade det sig ha en stor betydelse för val av lunchmat, framför allt för de kvinnliga deltagarna (vilket även hade kunnat analyseras med ett genusperspektiv). Vi valde att till viss del använda oss av detta material i analysen, då det finns ett relevant sociologiskt perspektiv på hur påverkan inom gruppen ser ut. Något som också nämndes i intervjuerna var att matlådan hjälper till att

”ha koll på mängder” (Malin i Grupp 2), men huruvida matlådan leder till ett nyttigare liv eller inte lämnar vi till nutritionsvetenskapen att studera.

Utifrån samtliga intervjuer har vi kunnat konstatera att det personliga intresset eller ointresset för mat spelar stor roll för om deltagarna har matlåda eller inte, vilket är något som varken vi har tänkt på eller forskningsfältet har skrivit om tidigare. Att matlagningsintresserade lagar mer mat låter kanske självklart, men genom intervjupersonernas svar började vi förstå hur mycket just det motiverar till charmen att äta sin egenlagade mat. Connors et al. (2001) och Furst et al. (1996) tar upp i sin forskning att tid är en aspekt som man väger in när man väljer vad man ska äta. Utifrån vårt resultat resonerar vi att de som är intresserade av och även är nöjda med sin matlagning, väljer att prioritera sin tid för att laga egen mat. De som intresserar sig för matlagning vill även uppmuntra dem som inte är lika intresserade till att utveckla sina kunskaper. Därför påverkar individens intresse även gruppen som sådan. Vi har kommit fram till att det är relevant att se matlådan ur ett mikrosociologiskt perspektiv, då gruppinteraktionerna har stor påverkan på individens lunchvanor.

I den forskning vi har tagit del av inför arbetet med uppsatsen har vi funnit många relevanta aspekter på lunchätande och livsmedelsval, men det finns en stor lucka då ingen av denna forskning berör studenter och just deras lunchvanor. Vi har inte hittat någon forskning eller uppsats med samma inriktning som vår, och därför finns det mycket att forska vidare kring. I en av våra intervjuer diskuterade deltagarna att samhället har en bild av ”den fattiga studenten” som äter ensidig och väldigt billig mat, exempelvis pasta med ketchup. Denna bild av matvanorna anser varken vi eller intervjupersonerna själva stämmer överens med hur verkligheten ser ut. Kanske är det så att många människor generellt har denna bild av ”fattiga studenter” och att man inte tror att maten spelar någon stor roll för studenter. I och med uppfattningen om ”hushållsidealet”, som har kommit fram i vårt resultat, visar det sig att maten har väldigt stor betydelse, åtminstone för just våra intervjupersoner, och vi tror att detta finns även hos fler. Detta bör därför bli föremål för framtida forskning.

9 Referenslista

- Collins, R. (2004) *Interaction Ritual Chains*. Princeton, N.J.: Princeton University Press.
- Connors, M., Bisogni, C.A., Sobal, J., & Devine, C.M. (2001). Managing Values in Personal Food Systems. /Electronic version/. *Appetite*, 36, 189-200. doi: 10.1006/appe.2001.0400
- Cooley, C.H. (1964). *Human Nature & the Social Order*. (New ed.). New York: Schocken Books.
- Durkheim, É. (2008). *The Elementary Forms of Religious Life* (C. Cosman Trans.) New York: Oxford University Press. (Original work published 1912)
- Furst, T., Connors, M., Bisogni, C.A., Sobal, J., & Falk, L. (1996). Food Choice: A Conceptual Model of the Process. /Electronic version/. *Appetite*, 26, 247-265. doi: 10.1006/appe.1996.0019
- Goffman, E. (1963). *Behavior in Public Places: notes on the social organization of gatherings*. London: Free Press of Glencoe.
- Holmström, M. (2013, mars 5). Matlåda for the win! *Service Management Blogg*. Hämtad maj 10, 2013, från <http://servicemanagement.blogg.lu.se/matlada-for-the-win/>
- Jacobsson, C. (2009, oktober 1). Matlådan gör comeback. *Dagens Nyheter*. Hämtad maj 9, 2013, från <http://www.dn.se/ekonomi/matladan-gor-comeback>
- Jansson, S. (1993). *Maten och det sociala samspelet: Etnologiska perspektiv på matvanor*. Stockholm: Utbildningsradion; Uppsala: Sveriges lantbruksuniversitet.
- Lantmännen. (2012, januari 26). *Ekologiska livsmedel slår försäljningsrekord 2011*. Hämtad maj 10, 2013, från Lantmännen: <http://lantmannen.se/omlantmannen/press--media/nyheter-och-pressmeddelanden/ekologiska-livsmedel-slar-forsaljningsrekord-2011>
- Lernstål, A. (2013, mars 2). *Nya Lidköps-tidningen*. Hämtad maj 10, 2013, från <http://nlt.se/bloggar/studentbloggen/1.1768948-studentbloggen>.
- Lundin, T. (2010, april 22). Rekordmånga väljer matlåda till lunchen. *Metro*. Hämtad maj 9, 2013, från <http://www.metro.se/metrojobb/rekordmanga-valjer-matlada-till-lunchen/Objjdv!39950/>
- Nyberg, M. (2009). *Mycket mat, men lite måltider. En studie av arbetsplatsen som måltidsarena* (avhandling för doktorsexamen) Lunds universitet.

- Ryen, A. (2004). *Kvalitativ intervju: från vetenskapsteori till fältstudier* (S-E. Torhell, övers.)
Malmö: Liber ekonomi.
- Sund.nu. (2010, april 21). Fler män tar med sig matlåda till jobbet. Hämtad maj 9, 2013, från
<http://www.sund.nu/docs/artikel.asp?td=20100421&tem=3&art=1201>
- TT. (2009, augusti 16). Så sparar studenterna slantar. *Sydsvenskan*. Hämtad maj 9, 2013, från
<http://www.sydsvenskan.se/obs/sa-sparar-studenterna-slantar/>
- Wibeck, V. (2000). *Fokusgrupper: om fokuserade gruppintervjuer som undersökningsmetod*.
Lund: Studentlitteratur.
- Widerberg, K. (2002). *Kvalitativ forskning i praktiken*. Lund: Studentlitteratur.

Bilaga 1: Intervjuguide fokusgrupper

Namn, ålder, kommer från

Läser ni alla samma sak? Vad studerar ni? Hur länge har ni läst?

Lunch tillsammans

Hur kommer det sig att just ni äter lunch tillsammans?

Hur ofta äter ni tillsammans?

Var äter ni? Vilka alternativ finns? Hur ser förutsättningarna ut?

Vem tar initiativen? Vad spelar in i valet av vad/var ni äter? Schemalagt?

Finns det några skillnader mellan er (köpa/ta med mat)? Finns det bättre eller sämre alternativ?

Sedan när? Hur länge har ni gjort så?

Om **matlåda**: Hur ofta?

Hur kommer det sig att ni tar matlåda med er?

När gör ni den? Vad avgör innehåll?

Tittar ni på varandras matlådor?

Vem i gruppen skulle ni säga har den bästa matlådan? Utveckla!

Är det någon i gruppen som har en sämre matlåda? Utveckla!

Vad tänker ni om att köpa färdigrätter (frysdisk) och värma?

Vad har ni för uppfattningar om hur era klasskompisar/kursare gör?

Upplever ni att det finns några förväntningar från samhället på hur ni äter lunch? Matlåda/Äta ute.

Ekonomi

Om ni har haft jobb, hur har ni då gjort med lunch? Olika på olika jobb? Framtiden

Det finns ju de studenter som äter ute varje dag, varför inte ni/du? "Fattig student"

Om ni hade obegränsat med pengar, hur tror ni att era lunchvanor skulle se ut då?

Hur ser er ideallunch ut?

Uppväxt

Hur tror ni att er uppväxt har påverkat hur ni gör?

Vad är **viktigast** med lunchen? (förutom att bli mätt)

(gott, snabbt, billigt, socialt, paus från studierna, hälsosamt?)

Ev. Sammanfattning. Vill ni lägga till någonting?

Följdfrågor

Hur?

Kan du beskriva?

Kan du ge ett exempel?

Vad menar du? På vilket sätt?

Hur tänker du då? Hur känner du då? Vad händer då? Vad skulle hända då?

Bilaga 2: Intervjuguide individuella intervjuer

Namn, ålder, kommer från

Vad studerar du? Hur länge har du läst?

Berätta om dina lunchvanor under en vanlig vecka, måndag-fredag.

Har du reflekterat över varför dina/era lunchvanor ser ut som de gör?

Är det något ni pratar om i gruppen/klassen? Utveckla.

Lunch tillsammans

Hur kommer det sig att just ni äter lunch tillsammans?

Hur ofta äter ni tillsammans?

Var äter ni? Vilka alternativ finns? Hur ser förutsättningarna ut?

Vem tar initiativen? Vad spelar in i valet av vad/var ni äter? Schemalagt?

Finns det några skillnader mellan er (köpa/ta med mat)? Finns det bättre eller sämre alternativ?

Sedan när? Hur länge har ni gjort så?

Om **matlåda**: Hur ofta?

Hur kommer det sig att du tar matlåda med dig?

När gör du den? Vad avgör innehåll?

Tittar ni på varandras matlådor?

Vem i gruppen skulle du säga har den bästa matlådan? Utveckla!

Är det någon i gruppen som har en sämre matlåda? Utveckla!

Vad tänker du om att köpa färdigrätter (frysdisk) och värma?

Vad har du för uppfattningar om hur dina klasskompisar/kursare gör?

Upplever du att det finns några förväntningar från samhället på hur ni äter lunch? Matlåda/Äta ute.

Ekonomi

Om du har haft jobb, hur har du då gjort med lunch? Olika på olika jobb? Framtiden

Det finns ju de studenter som äter ute varje dag, varför inte du? "Fattig student"

Om du hade obegränsat med pengar, hur tror du att dina lunchvanor skulle se ut då?

Hur ser din ideallunch ut?

Uppväxt

Hur tror du att din uppväxt har påverkat hur du gör?

Vad är **viktigast** med lunchen? (förutom att bli mätt)
(gott, snabbt, billigt, socialt, paus från studierna, hälsosamt?)

Vill du lägga till någonting som vi har missat?

Följdfrågor

Hur?

Kan du beskriva?

Kan du ge ett exempel?

Vad menar du? På vilket sätt?

Hur tänker du då? Hur känner du då? Vad händer då? Vad skulle hända då?