

SYÖMISEN RAKENNE JA KULTTUURINEN VAIHTELU

Yhteiskunnalliset muutokset ovat vaikuttaneet ratkaisevasti suomalaisten syömiseen. Myöhäis-modernissa Suomessa ollaan siirtymässä yhtenäisruokakulttuurista erillisiin ruoka-alakulttuureihin. Pohjoismaissa kunnon aterian on vain yksi ateriatyyppi monien joukossa. Kunnon aterian asema vaihtelee ihmisten elämänvaiheen myötä. Erot eri maiden välillä ovat pieniä. Vaikka aterioilla nautitaan myös ravintoa, kysymys ei ole luonnon, vaan kulttuuristen sääntöjen ja käytäntöjen toistuvasta sisäistämisestä ja uusintamisesta. Syömisestä kehityssuunnat sisältävät ulottuvuuksia, jotka tekevät niistä poliittisia sekä Suomessa että maailmanlaajuisesti todetaan **Kuluttaja-tutkimuskeskuksessa julkaistussa Johanna Mäkelän väitöskirjassa** Syömisestä rakenne ja kulttuurinen vaihtelu.

Sosiologian alaan kuuluva väitöskirja koostuu kuudesta artikkelista ja yhteenvedosta. Kaikki osajulkaisut käsittelevät syömistä, syömisestä rakennetta ja ruoan valintaa. Syömisestä käytäntöjä tarkastellaan osana jokapäiväistä elämää. Väitöskirjahankkeen lähtökohta on ollut suomalaisen ja pohjoismaisen aterian rakenteen ja laajemmin syömisestä järjestelmän analyysi. Tavoitteena on ollut selvittää, mikä on aterian, syödäänkö enää aterioita ja minkälaisia nämä ateriat ovat sekä minkälaisia eroja yhtäältä eri sosiaaliryhmien ja toisaalta eri maiden välillä on. Analysoimalla syömisestä rakennetta ja siihen liittyviä merkityksiä tarkastellaan suomalaisessa ja pohjoismaisissa yhteiskunnissa tapahtuvia muutoksia.

Syömisestä järjestelmän mallin ja kunnon aterian käsitteen teoreettisiin tarkasteluihin pohjautuen syömistä tarkastellaan kahden erityyppisen, laadullisen ja tilastollisen, aineiston avulla. Teema-haastattelujen avulla etsittiin aterioiden ja syömisestä kulttuurisia jäsennyksiä. Pohjoismaisessa vertailevassa tutkimuksessa "En matdag i Norden" kartoitettiin tietokoneavusteisissa puhelin-haastatteluissa, mitä ruokaa vastaajat olivat edellisenä päivänä syöneet. Empiiristen tulosten valossa pohditaan syömisestä uusia kehityssuuntia.

Väitöskirjan tulosten perusteella kunnon aterian käsite on hyödyllinen tarkasteltaessa pohjoismaisia aterioita. Pohjoismaissa kunnon aterian on vain yksi ateriatyyppi monien joukossa. Ihmiset yhä syövät päivittäin erilaisia lämpimiä aterioita, jotka eivät kuitenkaan aina ole kunnon aterian-lihaa/kalaa, perunaa/riisiä/pastaa ja vihanneksia - ideaalityypin mukaisia. Kunnon aterian asema vaihtelee ihmisten elämänvaiheen myötä. Miehet ja nuoret syövät vähemmän kunnon aterioita kuin naiset ja vanhemmat ihmiset. Ateriatottumukset vaihtelevat miehillä enemmän kuin naisilla. Erot eri maiden välillä ovat pieniä. Kunnon aterioita syötiin kuitenkin eniten Norjassa ja vähiten Tanskassa.

Syömisestä moniulotteisuuden ymmärtäminen edellyttää syömisestä rakenteen ja sisällön ohella kulttuurisen ja sosiaalisen kontekstin huomioonottamista. Erityisen tärkeää se on tarkasteltaessa ruoan valinnassa konkretisoituvia eettisiä ja poliittisia kysymyksiä.

Lisätietoja: tutkimuspäällikkö Johanna Mäkelä, Kuluttajatutkimuskeskus, puh. (09) 7726 7725, sähköposti johanna.makela@kuluttajatutkimuskeskus.fi

Tilaukset: Julkaisua Syömisestä rakenne ja kulttuurinen vaihtelu, Mäkelä, J., voi tilata Kuluttajatutkimuskeskuksesta, PL 5, 00531 Helsinki, puh 09 7726 7718, eija.niiranen@kuluttajatutkimuskeskus.fi. Julkaisu maksaa 25 €

Kylmiä ja lämpimiä lounaita. Pohjoismaisten ruokatapojen eroja ja yhtäläisyyksiä

Väitöskirjatyöhön läheisesti liittyvä, valmistunut pohjoismainen vertaileva sosiologinen tutkimus "En matdag i Norden" osoittaa, että pohjoismaiset ruokatavat eivät ole niin samanlaisia kuin olettaisi. Pääsuuntaus kaikissa maissa on, että aamiainen syödään yksin, lounas ystävien ja työtovereiden kanssa ja päivällinen perheen kanssa. Aterioiden lukumäärässä ja sisällössä on kuitenkin kansallisia eroja. Norjalaiset syövät eniten "kunnon aterioita". Ruotsalaiset ovat ruokatottumuksiltaan moderneimpia ja suomalaiset perinteisempiä. Tanskalaiset kiinnittävät erityisesti huomiota syömisen sosiaalisuuteen ja siihen, kenen kanssa syödään.

Selkein ero eri maiden välillä on siinä, syödäänkö lounaalla lämmintä vai kylmää ruokaa. Suomi ja Ruotsi kuuluvat lämpimän lounaan kulttuuriin, mutta Norjassa ja Tanskassa lounas on useimmiten kylmä voileipä. Norjalaiset ja tanskalaiset syövät harvemmin kaksi lämmintä ateriaa päivässä, mutta suomalaisista ja ruotsalaisista lähes 40 prosenttia syö lämmintä ruokaa sekä lounaalla että päivällisellä. Voileivillä on hieman erilainen asema eri maissa. Norjassa ja Tanskassa ne ovat kylmiä aterioita, mutta Suomessa ja Ruotsissa niitä syödään aamiaisella ja välipaloina.

Ajallisesti syöminen rytmittyy kaikissa maissa niin, että päivässä erottuu keskimäärin viisi huippua. Ne ovat aamiainen, lounas, iltapäivävälipala, päivällinen ja iltapala. Päivällisen ajankohta vaihtelee maittain ja aterioita sekä välipaloja syödään pitkin iltaa.

Taulukko 1. Ateriat ja välipalat Pohjoismaissa

	Suomi	Norja	Ruotsi	Tanska
Aamiainen	voileipä, puuro	voileipä	voileipä, puuro aamiaishiutaleet	voileipä
Välipala	ei	ei	voileipä	ei
Lounas	lämmin ruoka ja salaatti	voileipä	lämmin ruoka	voileipä
Iltapäivävälipala	voileipä/makea leivonnainen	ei	makea leivonnainen	voileipä/makea leivonnainen
Päivällinen	lämmin ruoka klo 17 - 18	lämmin ruoka klo 16 - 17	lämmin ruoka klo 18 - 20	lämmin ruoka klo 18 - 19
Iltapala	voileipä	voileipä	snack, makea leivonnainen, voileipä	snack, makea leivonnainen, voileipä

Suomalaiset syövät ateriansa nopeasti ja ruokapöydän ääressä. Arjen ja viikonlopun ateriat muistuttavat toisiaan. Aterioiden rakenne on hyvin samanlainen. Suomessa ruokatottumukset vaihtelevat alueellisesti ja sosiaaliryhmittäin. Muissa Pohjoismaissa vaihtelu on vähäistä.

Suomalaisten syömien on yhtä aikaa sekä perinteistä että modernia. Norjalaiset syövät kaikkein eniten "kunnon aterioita" erityisesti kotona. Tanskassa syödään sukupuolesta ja sosiaalisesta asemasta riippumatta säännölliseen aikaan perheen parissa. Ruotsalaisten ruokatottumukset ovat kaikkein moderneimmat, vaihtelevimmat ja monipuolisimmat.

Ateriat eivät ole katoamassa

Tutkimus ei vahvista, että viimeaikainen huoli yhteisten (perhe)aterioiden katoamisesta pitäisi paikkansa Pohjoismaissa. Aterioita syödään kaikissa maissa yhdessä perheen kanssa, mutta ateriointi on muodoltaan ja sisällöltään aikaisempaa joustavampaa. Yhdessä syödään erityisesti viikonloppuina. Näyttää siltä, että asuminen toisten - joko puolison tai lasten - kanssa vaikuttaa aterioinnin luonteeseen. Silti monet sekä asuvat että syövät yksin (kunnon) aterioita.

Kjærnes, Unni, toim. (2001): Eating Patterns. A Day in the Lives of Nordic Peoples. Rapport no. 7:2001. Lysaker: SIFO. <http://www.sifo.no>

Lisätietoja: tutkimuspäällikkö Johanna Mäkelä, Kuluttajatutkimuskeskus, puh. (09) 7726 7725, sähköposti johanna.makela@kuluttajatutkimuskeskus.fi, dosentti Jukka Gronow, Helsingin yliopisto, puh. +46-8-44 202 86, sähköposti JGronow@mappi.helsinki.fi