

Tack för maten

Hur barn lär sig måltidskultur

Ingrid Nordström

För de flesta barn i Sverige ingår det i vardagsrutinerna att äta lunch på daghem och i skolan. Föräldrarnas arbetsscheman medför att många förskolebarn lämnas tidigt på dagis och därför blir det lugnare för de små att få frukost där. Efter långa vardagar på olika håll räknar både vuxna och barn kvällsmålet och helgmåltiderna som viktiga samlingspunkter – med olika lösningar för att kombinera sammanhållning och fasta matvanor med den valfrihet det flexibla samhället ger. Under uppväxttiden formas barnens måltidsvanor både hemma och tillsammans med andra, vilket får genomslag i familjerutinerna. Vi kan reflektera över den omvandling som skett i takt med nya villkor och trender men också över den kärna av traditioner som utgör trådar till det förgångna.

Jag vill därför börja i självhushållningens samhälle, där barnen fostrades till att snabbt bli stora och starka för att kunna vara med i arbetet. Normer och moral vid fördelning av maten beskrivs i nybyggarmiljö i södra Lappland och i jordbruksbygd i Skåne – med kontraster och likheter i barns villkor. Vid ungefär samma tid – omkring sekelskiftet 1900 – fostrades barn i högborgerliga hem med tanke på den ställning de skulle nå upp till som vuxna. Har den primära socialisationen idag några rötter i dessa olika uppfostringsprinciper och deras kulturhistoriska kontext?

Därefter dröjer jag flyktigt vid den rationalisering av vård och uppfostran som skedde vid mitten av 1900-talet och refererar sedan en tolkning av föräldrars uppfostringsideal under 1980-talet. När vi närmar oss nuet sätts växelverkan mellan barns behov och föräldrars ledarskap i fokus. Familjeterapeuten Jesper Juul blir då en idérik vägvisare. Därmed har vi nått fram till dagens rörliga verklighet som jag försöker skildra med

utgångspunkt i vad föräldrar, barn, förskolepersonal, lärare och många andra berättat i spontana samtal, men jag bygger inte på någon genomförd intervjuundersökning. Avslutningsvis vill jag göra några reflektioner i enlighet med min uppfattning om måltidens betydelse i samlevnad och individualitet.

”Hur hade barnen det förr?”

Den frågan ställer ofta dagens barn kring det diffusa ”förr” och den kan besvaras genom berättelser som uttrycker stora kontraster och samtidigt speglar matkulturens mönster och uppfostrans mål.

Lisa Johansson var nybygggarbarn i södra Lappland under 1900-talets första decennium. Hon har berättat om stränga krav på lydnad under måltiderna. Till vardags fick barnen inte sitta till bords med de vuxna utan åt sin mat vid spisen. Där måste de andäktigt be sin bordsbön och sedan hålla sig stilla och tysta. Den mesta och bästa maten var avsedd för männen som utförde det hårda kroppsarbetet och barnen fick nöja sig med det som blev över. Husfadern, som var Lisas styvfar, övervakade noga att modern inte smög till barnen några extra fläskbitar. Maten var en knapp tillgång i hushållet och ”barnen måste fostras så de kände sin litenhet” konstaterar Lisa, då hon långt senare berättar sina barndomsminnen. Etnologen Marianne Liliequist har analyserat fostran till ett ödmjukt sinnelag som ett relativt oförändrat mönster i nybyggarkulturen. Redan i 4-5-årsåldern skulle barnen ”göra rätt för sig” med sysslor som de måste klara av. De hårda livsvillkoren krävde sträng disciplinering (Liliequist 1991:154ff).

Även om den skånska slättbygden hade en helt annan näringsstruktur och hushållsstorlek kan vi finna likartade grundmönster i måltider under slutet av 1800-talet. Barnuppfostran var också här inriktad på vad barn måste lära sig för att snabbt kunna vara till nytta. Om det fanns plats till dem vid bordet fick de stå vid kvinnornas sida, men när småpojken vuxit till sig och kunde utföra sysslor fick de flytta över till de yttersta platserna på männens bänk. Att bli stor och stark var deras främsta önskan. De fick lära sig att möjligt bröd och sista brödstycket – ”trivsbiten” – gav särskild kraft. Det kändes som en skam för en liten pojke att inte nå fram till det stora fatet mitt på bordet och kunna doppa sin sked i gröten eller surmjölken som de andra gjorde. Rangordningen i hushållet märktes tydligt på männens sida vid utdelningen av större och mindre bitar fläsk, kött och sill. Småpojken fick inpränta bordsseder genom att iaktta hur de äldre

betedde sig. De som rafsade till sig mer än "sin del" av grädden på ytan eller av smöret mitt i gröten blev illa sedda vid bordet. Detsamma gällde om man spillde ränder på bordet. Flickorna som stod längs den inre sidan av bordet skulle vara "till reds" i måltiden och fick lära sig att vara "små i maten". Därmed grundlades den ställning och de uppgifter de skulle ha under hela sitt liv.

Barnen lärde sig bordsböner och inpräntade vid varje måltid tacksamhet för Gudsgåvan, och de läste för att maten skulle göra nytta med Guds välsignelse. Otacksamhet och slarv med maten kunde få sitt straff i hunger senare i livet. Uppfostran i och genom måltider hade alltså klara mål: Barnen fick lära sig att maten var en begränsad tillgång som man fick sin del av med sparsamhet och förnöjsamhet. Åskådligt inpräntade de ett beteende som väntades av dem. Den moral som var riktlinje i bondelivet underströks påtagligt i bordsseder. Denna bild av kostvanor och måltidsrutiner har jag hämtat ur många personers minnesskildringar. Med utgångspunkt i uppteckningar i folklivsarkiv och i levnadsberättelser har jag tolkat de kulturella mönster som inpräglades och uttrycktes i samlingen kring maten (Nordström 1988).

Måltiderna i högborgerliga hem under decennierna kring 1900 innebar en målmedveten fostran till gott uppförande och självdisciplin. Många som varit barn i denna miljö har i memoarer beskrivit hur bordsskicket övervakades i detalj och hur minsta regelbrott medförde sträng tillrättavisning. Ordning och disciplin tränades i uppförande och i samtalston. Måttfullhet var en dygd som visades fram i den prydligt ordnade portionen på tallriken. Att måltiderna ofta var en prövning för livliga barn framgår i likartade barndomsminnen. Det handlar om tvånget att försaka det som var sött och gott, eftersom det ansågs stärka karaktären att avstå från njutning. Det berättas också hur barn försökte smita iväg till köksregionen där de fick dela tjänstefolkets enklare kost, som smakade bra i den öppna samtalstonen. Det kunde ta lång tid innan de unga genomgått disciplineringen och fått kompetens att uppträda som fulländade vuxna.

Medan sekelskiftets uppfostringsprogram syftade till vinster i framtiden kom intresset under 1900-talet att steg för steg inriktas på barnens behov. Hälsa och goda vanor blev vid mitten av förra seklet angelägna ämnen för rådgivning. En handbok har titeln *Föräldrar och barn* (1945), vilket tyder på att fostran skulle utövas med andra medel än tvång. Måltidens centrala betydelse lyfts fram i båda parter agerande, men givetvis är det föräldrar som ordnar och bestämmer med tanke på barnets bästa. I tvåårsåldern bör barnet ha lärt sig att äta själv, även om det i början

blir slabbigt – en uppmaning till föräldrarna att prioritera den naturliga träningen. Aptiten blir bättre vid en god och glad måltid och därför bör föräldrarna skapa trivsel med omtanke. Barn bör lära sig att äta den mat som är framsatt. Rådet förefaller förnuftigt men visar samtidigt att smakuppfattningar inte fått genomslag i rådgivningen kring kostvanor. I stället påpekas att prydlighet med blommor på bordet, vackert porslin och väl upplagd mat befrämjar matlusten.

Förebilder och samspel

Låt oss snabbt förflytta oss till 1980-talet. Idéer om uppfostran kan vi finna i etnologen Helene Brembecks djupintervjuer med föräldrar till 11-13-åringar i storstadsmiljö (Brembeck 1997). Som underlag för en bred analys har hon förankrat uttalanden i klasstrukturer. I kapitlet om övre medelklass har hon ett särskilt avsnitt om "bordsskick". Inläringen har börjat tidigt och de flesta föräldrar menar att goda vanor har kommit naturligt utan tillrättavisningar. "Åtandets konst" har i dessa kretsar ansetts vara en viktig kunskap att skicka med barnen ut i livet. Måttfullhet och självkontroll har tränats och måltidens estetik har inövats på ett naturligt sätt då barn hjälpt till med dukning och senare fått servera vid bjudningar i hemmet. Föräldrarna beskriver sig själva som förebilder mer än som kontrollanter vid bordet. Barnens hållning till maten framgår knappast i dessa riktlinjer. Vi får veta att glupande begär måste dämpas men inte hur aptit uttrycks i lust och smak. Måltidsvanorna inpräglas utan direkt anknytning till variation av rätter och komposition av måltider. Det framgår inte av Brembecks tolkning om barnen uppfattat det som strängt och konventionellt eller trivsamt och harmoniskt. Bordsskicket har blivit internaliserat i deras beteende. Föräldrakommentaren "mat får inte bara vara McDonald's" antyder att barnen kan relatera familjens matvanor till andra erfarenheter och intryck. Måltiderna i detta samhällsskikt var traditionsfasta. Brembeck konstaterar att det inte fanns stort utrymme för barnet att "vara sig själv" och att följa sina impulser.

Informanterna ur lägre medelklass påpekar istället att hemma hos dem var allt "naturligt". Många tog avstånd från "borgerlig etikettsfostran" och framhöll det fria uppfostringsklimatet som innebar samspel mellan föräldrar och barn. Det handlade mycket om hur barnet formas som individ men också om föräldrars ansvar att sätta gränser utan att skapa avstånd. Brembeck redogör för hur förskolebarn tränas till koordination och

kroppsuppfattning genom rytmik. Däremot förbigår hon den självklara träning som ständigt återkom i handgrepp inom bordsskicket. Barns naturliga utveckling kunde ha blivit belyst genom kroppsrörelser och sinnesintryck vid matbordet. I måltider utvidgas barns erfarenhetsvärld både genom samspel och självuppfattning. Klassdistinktionerna kan märkas i föräldrars uttalanden men i inlärnings praktiker blir skillnaderna mindre tydliga mellan att föreskriva regler och att ge utrymme för spontanitet.

I Skandinavien har den sociala mobiliteten medfört att människor med olika social bakgrund har täta vardagliga kontakter. Det blir tydligt redan då barn inlemmas i daghemskollektivet. I Brembecks klassperspektiv framkommer olika synpunkter. Mödrarna i övre medelklass ordnade privat barntillsyn, eftersom de ansåg att kommunalt dagis var stökigt och att barn där måste anpassa sig till stora grupper, vilket hämmade den personliga utvecklingen. Informanter ur lägre medelklass såg istället personalen som medfostrare i barnets interaktion inom kollektiva sammanhang. Dessa uttalanden knyter samman måltidsvanor inom barngruppen och familjen – med olika vuxna som förebilder.

Smil! Vi skal spise är familjeterapeuten Jesper Juuls glada budskap i en boktitel (2000). I den svenska utgåvan (2001) konstateras sakligt: *Nu ska vi äta*. Hans utgångspunkter är föräldrars ledarskap och barns behov. Vad är ”god mat”? frågar han och börjar med bra ingredienser och lustfylld matlagning – där barn gärna får vara med. Tillagningen är vuxenarbete men barn kan lära känna maten innan de sitter vid bordet och kan förnimma färger, dofter, smaker med sina sinnen. ”Bordsskick” är ett gammalt uttryck för grundläggande regler, konstaterar Juul och påpekar att familjer lägger olika vikt dem. Huvudsaken i samvaron är att reglerna är meningsfulla. Han passar på att formulera särskilda föreskrifter för de föräldrar som förstör stämningen med kritik, tillrättavisningar och ständig kontroll. Varje familj har sin ”kultur” som kommer till uttryck i dukning och uppläggning av maten, i samtal och intresse för varandra men också i förväntningar. Varför är måltiden så viktig och varför blir det ofta fel i samspelet? Detta är centrala frågor som Juul resonerar om med förståelse och insikter.

”Guldkorn till alla måltider” kallar han en samling imperativ och kommentarer som hör hemma i en auktoritär disciplin, t.ex.: ”Håll tyst och ät!” ”Visa att du är en stor flicka!” ”Du äter som en fågel.” ”Låt bli att peta i maten!” Många barn har fått höra dem och givetvis beror det på blicken, rösten och tonen hur de uppfattats. Juul finner ett destruktivt drag i alla

utsagorna, eftersom de sänder negativa budskap till barnet och därför är skadliga för självkänslan och för kontakten mellan föräldrar och barn.

Därefter följer exempel på situationer där konflikter kan växa till problem i barns hållning till maten. Juul diskuterar hur barn uppfattar dem, hur vuxna kan ha framkallat dem och hur de möjligen kan lösas. Det kan handla om att barn vill känna igen maten och bara vill äta sådant som de är säkra på. Det kan gälla föräldrar som i all välmening överlämnar till barnet att välja mellan olika rätter och ingredienser, men om ansvaret att bestämma ofta läggs över på barnet kan resultatet bli frustrering, vilket i sin tur kan framkalla en konstlad maktkamp. Föräldrar som blir fixerade vid att barnet inte vill äta kan förmå det att sätta i sig för mycket, men förmaningar kan också leda till att barnet äter ännu mindre. De mångsidiga råden om föräldrars hållningssätt gäller barnets bristande matlust och vantrivsel i allmänhet. Som familjeterapeut har Juul både belysande exempel och erfarenhet att bena upp problemen med förståelse för båda parter – men utan att komma med patentröskningar. Kärnfrågan är hela tiden föräldrars ansvar och barnets behov, intryck och trivsel. Nyckelbegreppet ”samfostran” skulle dock få större räckvidd om syskon varit med i samspelet inom familjen, inte bara ett ensamt barn. Syskons betydelse som förebilder, hjälpare och utmanare skulle ha visat större variation i kontakterna. Endast i beskrivningar av ”bråk” vid matbordet framträder interaktion inom syskonskaran. Glädjen, sammanhållningen, de små konflikterna och kännbara problemen kommer till uttryck i och omkring måltiden. Vi får klart för oss att det är relationer, känslor och självuppfattningar i familjelivet som kristalliseras tydligare än i andra dagliga situationer.

Samling kring maten

Barnmat på burk är näringsmässigt väl utprovad, har bra ingredienser och konsistens, men utseendet är färglöst. Redan det lilla barnet bör få upptäcka maten. Juul föreslår att barnet ska få se, lukta och känna moroten, ärterna m.m. upplagda på tallriken innan dessa blir bearbetade till mos. Ett annat tips är att frysa olikfärgad puré i små kuber som kan bilda en färgsymfoni på tallriken. Små barn börjar sin inläring av vad mat ”är” genom sinnesintrycken och snart ska de öva sig att äta och dricka på egen hand och att vara med i måltiderna. Redan vid ett års ålder ska många barn lära sig att äta tillsammans med andra i olika rum – hemma och på dagis

eller hos dagmamma. Måltider kommer att vara fasta punkter och skiftande situationer i växlingen mellan socialt och personligt under barndomen.

Kvällsmåltiden hemma betraktas av många som den viktigaste under dagen, en uppskattad samvaro även om det är krångligt att få tiden att passa med allas fritidsaktiviteter. En del familjer har veckomatsedel, och det händer att barn föreslår goda rätter som de fått på dagis eller i skolan. Ibland när det är jäktigt får det duga med halvfabrikat eller färdigmat. Om det är äldre syskon som ska klara maten passar det bra med piroger ur frysen eller lagar de efter recept som de lärt sig i hemkunskap.

Fasta matvanor är traditioner som föräldrar fört med sig från sin egen uppväxt: Det ska vara roligt att laga mat och roligt att äta. Att syskon är individer med skiftande aptit och värderingar uttrycks i favoriträtter och i aversioner. Föräldrar håller ofta styvt på principen att de åtminstone ska smaka på maten innan de avvisar den. I familjen kan man ha regeln att var och en i förväg får välja bort ett par rätter och om fler har samma motvilja är det lätt att komma överens om alternativ. Variationer består ofta i barnens förkärlek för nya rätter eller för välkänd husmanskost, de kan också gilla särskilda såser och sallader. Intresse för maten gör måltiden lustfylld och det är spännande med möten mellan olika smaker. Föräldrar och barn har däremot ofta motsatta idéer om vad som är nyttig mat. Den som försöker komma undan vitaminerna kan kanske känna igen sig i Lauren Childs bilderbok (2002), där flickan Lola räknar upp ett 20-tal nyttiga saker som hon inte vill äta – och värst av allt är tomater. Hon blir då inbillad att det inte alls är morötter, ärter, potatis m.m. utan allehanda lockande ting i sällsamma landskap, vilket får till följd att Lola älskar alltsammans. Fantasi, humor, läckra matbilder och exotiska vyer kan få vilket barn som helst att identifiera sig med den nyvunna matlusten. Boken är lockande – även om rationella vuxna kan tveka om den pedagogiska metoden.

Måltidsrutinerna binder samman, men barn är ändå individualister i sin spontana uppskattning av maten. Små barn kan växla snabbt eller envist hålla sig till viss slags mat. Ett barn som inte känner matlust kan tycka att portionen växer på tallriken i takt med de övrigas försök till uppmuntran. Reglerna skiftar då det gäller avslutning av måltiden. Föräldrar kan hålla på att barnen måste sitta kvar hela tiden eller att de får lämna bordet samtidigt när de är färdiga, men inte springa ifrån var och en för sig.

”Fredag-lördag-söndag” har blivit ett slags sedmönster i familjelivet, en oas i veckorytmen och dagar då samvaron är annorlunda än vardagens. Det gäller att få ut så mycket som möjligt av tiden och inte plöttra bort den

på försummade vardagssysslor. Varje familj har sina föresatser och idealbilder – och sina erfarenheter av hur det blir i verkligheten.

Nu ska vi se denna helgtid ur barnens synvinkel, med deras förväntningar. Givetvis finns det mängder av önskemål kring sysselsättningar och arrangemang – inte tänker barnen i första hand på att man ska sitta till bords och äta flera gånger under helgdagarna. Men det är dessa tillfällen vi här ska uppmärksamma. Att vara med och bestämma maten innebär att det går bra att få med sin favoriträtt i helgmenyn, t.ex. pannkakor, spagetti med köttfärssås, lasagne, hamburgare, men det blir i regel som en av de mindre måltiderna, för föräldrarna accepterar knappast detta som festmat. Lättare går det med buljongfondue med goda köttbitar eller en gratäng, men det råder ofta delade meningar bland syskonen om grönsaker.

Till förberedelserna hör att inhandla maten. Det förekommer att barn deltar med intresse i mataffären eller på salutorget, plockar ihop i vagnen eller korgen och skaffar sig kunskaper om matvaror, men de barn som följt med koncentrerar sig ofta istället på val av lördagsgodis. Så följer matlagningen, främst av de rätter som utgör föräldrarnas val av helgmeny. Det är viktigt för barnen att vara med i köket och delta i sysslor tillsammans med föräldrarna. Jag vet inte om det är alltför kategoriskt att påstå att det ofta är pappa som tar vara på tillfället att åskådligt visa t.ex. hur man rensar torsken, trancherar kalkonen eller klyver krabban. Efter ålder och handlag kan barnen hjälpa till med att skära, hacka, mixa, vispa ingredienser till rätterna, under förutsättning att de lärt sig handgreppen och användningen av redskapen. Att vara med om sådana förberedelser ger kunskaper om vad rätterna innehåller. Den som brukar lämna kvar bitar av gryträtten eller ragun på tallriken behöver inte längre vara misstänksam. Det okända har blivit bekant och kanske också omtyckt. Lusten att laga mat är en viktig del av måltiden. Barnens delaktighet i matlagningen beror givetvis på deras förmåga och villighet. Att duka ingår oftare i de obligatoriska uppgifter som många barn sköter med omsorg. Blommor och servetter har en särskild lockelse och det estetiska sinnet stimuleras. Det är trivseln som avgör om handlag, kunskaper och matglädje kommer att ingå i barnens mattraditioner.

Den äldre generationens betydelse för barnens fostran och inläring framhålls ofta som ett värde ”i forna tider” och många barn kan vittna om att det gäller även idag. I fråga om matlagning kan de berätta att mormor eller farmor har en erkänd skicklighet och därför är det fint att få arbeta vid hennes sida. Då kan man få förtroendet att smaka av såsen men det går

också bra att hjälpa henne med sysslor som annars är tråkiga, t.ex. att skrapa morötter. Särskilt festligt blir det när man får vara hos henne en hel helg, i centrum för hennes intresse. Det är spännande att välja maten, vilket föregås av diskussioner: "Vad tycker du? Kanske vore det bättre med..." Som alla viktiga avgöranden kräver det eftertanke, men själva maten är inte huvudsaken då man är inbjuden som gäst. Syskonen får naturligtvis också "sina" helger på samma villkor.

Semesterresor är tillfällen då familjen är tillsammans i nya miljöer, frikopplade från vardagsrutiner och invanda banor. Turistorter vid Medelhavet, sportplatser i Norge eller Österrike, bilfärder i Sverige eller Danmark ger nya intryck som barn tar till sig. I regel klarar de sig förvånansvärt bra med att ständigt vara i rörelse och upptäcka turistlivet genom sin egen nyfikenhet och intressesfär. Till nyhetens behag hör att få gå på restaurang, taverna eller värdshus precis som de vuxna och att från en matsedel välja bland olika rätter. Föräldrar kan berätta om barnens uppmärksamhet att lära sig spanska, italienska eller grekiska namn på mat som varit spännande att äta och som de införlivat med sina favoriträtter. Familjen har tagit matminnen med sig hem och kan återuppliva dessa, även om rätterna inte smakar riktigt likadant hemma. Dock är det inte alla barn som blir förtjusta i exotiska rätter. De som brukar vara misstänksamma mot rätter som smakar annorlunda väljer också på tavernan det som de känner igen och därför håller de sig gärna till pasta och pomme frite, medan familjen i övrigt njuter av de kryddstarka specialiteterna. Barnens minnen är intensiva och detaljrika men det behövs förklaringar från de vuxna för att semesterintrycken ska bli en sammanhängande bild med matkulturen som en väsentlig del. Att semestra i Skandinavien kan givetvis också innebära att få äta på restaurang, lägga märke till miljön, välja ur menyn och lära sig tycka om okända rätter eller hålla sig till de välkända.

Kulturell prägling i och via måltider har här blivit belyst inom kärnfamiljen, där föräldrar tillsammans stått för överföring av matkunskap och beteende. Mängder av barn upplever hur denna samverkan bryts vid skilsmässor. Hur uppgörelsen än blir om vårdnad av barnen kommer dessa att leva med mamma och pappa i skilda hem. Förändringar i barnens livsvärld kan inte diskuteras här och det kan förefalla marginellt att i detta sammanhang spekulera över måltider. Dock blir det viktigt i samvaron med båda föräldrarna att inpräglade vanor och värderingar kan bestå, även med anknytning till nya familjer. Måltider rymmer unika möjligheter att möta "andra" på ett vardagsnära plan. Att äta tillsammans och samtala vid bordet kan riva barriärer och öppna goda relationer. Barn lever i nuets

realiteter och har ofta lätt att skapa spontana kontakter. Matglädje och trivsamt atmosfär kan vara en väg till samförstånd. Men måltider är också känsliga situationer, där det lustbetonade snabbt kan förvandlas till disharmoni. Spänningar under ytan kan utlösas av en obetänksam replik, en missnöjd blick eller ett nonchalant beteende. Barn som känner sig utanför familjegruppen kan gripas av motvilja mot favoriträtten, trots att besvikelsen handlar om något helt annat. Den självkontroll som krävdes av barn i forna tiders uppfostran var kanske enklare att genomföra än den empati som förväntas i de rörliga relationerna inom moderna familjemönster.

På dagis och i skolan

Förskola är i Sverige det officiella namnet för barnomsorg av 1-6 åringar – populärt kallat "dagis". Hemma får den yngste sina föräldrars och syskons uppmärksamhet då han tränar motoriken i ätandet och lär sig matens konsistens och smak. På dagis blir han en i gruppen av 1-3-åringar och kan fort lära sig genom att ta efter andras färdigheter. Vuxna finns till hjälp då det gäller att lära känna maten. Rutinerna är invanda då flyttningen sker till gruppen 3-5-åringar.

En föreståndare för tre förskolor formulerar riktlinjer för mathållningen: "Barnen ska ha det bästa, det är grunden för framtiden." Maten lagas på varje enhet för sig och en av kokerskorna (tailändska med utbildning i Sverige) understryker att barnen lär sig att uppskatta vällagad och smakrik kost. De gillar maträtterna, föräldrar blir intresserade och därmed påverkas hemmamaten. Matordningen är tre mål: frukost, lunch och mellanmål samt fruktstund. Matsedel finns på anslagstavlor för att föräldrar i god tid ska få veta variationer av rätter inom veckoschemats bestämda ordning: fisk, kött, soppa och vegetarisk mat.

Barnen ser sig själva som en grupp. De hjälps åt att duka, sätta fram och bära tillbaka fat och skålar. Bordsskick lär de tillsammans, uppmärksamheten är naturlig då de skickar runt maten som de delar med varandra. Inom gruppen blir de införstådda med att några ska ha alternativ kost – på grund av etniska tabun eller diet. Det blir självklart för barnen att kolla så att dessa inte får sådant som de ska undvika. Vid varje bord finns en vuxen som ser till att maten kan avnjutas i lugn och ro och stimulerar till samtal om maträtten och smaken. Tillvaron på dagis – inte minst måltiderna – gör barnen medvetna om att det finns de som behöver mer

hjälp än andra. För alla barn är det viktigt att behov och lust, nyfikenhet eller osäkerhet blir förstådda på ett sätt som ger trygghet och tilltro.

Jag vill också beskriva ett daghem organiserat av ett föräldrakollektiv där medlemmar utför vissa uppgifter, bl.a. matinköp, och vid behov rycker in och ersätter personal, enligt en uppgjord "journlista". De 26 barnen är mellan 1½ och 5 år, sedan följer sexårsförskolan. Successionen inom syskonskaror innebär att de kan dela upplevelser av sin förskoletid med varandra. Eftersom familjerna har nära kontakt inom villaområdet är barnen tillsammans även utanför dagistiden.

Dagen börjar med frukost kl. 8 men det är ovanligt att barnen kommer så tidigt. Frukoststunden kl. 10 är däremot en uppskattad samlingspunkt. Veckomatsedeln är omväxlande med variationer mellan rätter som ingår i modernt kosthåll och därför är välbekanta för barnen. Den som har födelsedag får i förväg välja lunchrätt till alla barnen. Kocken säger att favoriträtten köttbullar med makaroner väljs så ofta att han plockat bort den från den ordinarie matsedeln. De minsta barnen äter för sig själva med två fröknar till hjälp för åtta barn. De klarar maträtterna på egen hand med sked och barnmugg, men visst hamnar många bitar i fickan på haklappen. De andra matgrupperna 3-4 och 4-5 år är fördelade med fem eller sex vid varje bord, tillsammans med en vuxen. Lunchrätten är upplagd i skålar som skickas runt. Barnen tycker om det mesta som serveras och de måste smaka på allt. Eftersom de alltid äter tillsammans överensstämmer ofta deras smakuppfattning. Bra bordsskick och samtalston kommer av sig själv, även om ljudnivån ibland behöver dämpas.

Att hjälpa till med dukning är frivilligt men efter måltiden tar alla sin tallrik, skrapar bort matrester och placerar den i en balja på en vagn. De som vill hjälpa till i köket får gärna komma dit, såvida inte dagens matlagning kräver heta grytor. Ibland får de, tillsammans med sin fröken, vara med om att baka. Efter mellanmålet på eftermiddagen närmar sig hämtningen, en viktig tidpunkt för barnen och deras föräldrar.

I familjedaghem ingår barnen i en liten grupp där de kan få en individuell framtoning i en hemmiljö. I en skara med fem barn finns i regel bara en 1-2-åring som behöver hjälp i sina första försök att äta på egen hand och att ta efter de större barnens bordsskick. Att handskas med kniv och gaffel lär sig barnen av varandra och det är bara någon enstaka som har svårigheter. Maten består av husmanskost med stor variation och barnen påverkas av varandra i sin uppskattning. Den som inte gillar grönsaker brukar snart lära sig av de andra. Invandrabarn med etnisk kost vill gärna få samma mat som de andra och därför gäller det att göra deras rätter lika

till utseendet med annorlunda ingredienser. Barnen får ofta gå med och handla till nästa dags måltider och då kan de prata om olika matvaror. Dagmamman berättar att två dagar i veckan får två barn samtidigt vara med i matlagningen. Sedan kan de beskriva maträtten för de andra. Några är intresserade av att pröva speciell kryddning men andra är försiktiga och vill hålla sig till det vanliga. Smaksinnet grundläggs i hemmet och är svårt att påverka. Det är trevligt att sitta och prata i lugn och ro under måltiden. En del äter med god aptit medan andra är nöjda med små portioner. Barn som hemma saknar samvaro med syskon blir ofta stimulerade till matlust i barngruppen. I flerbarnsfamiljer har syskon vanligtvis avlöst varandra hos dagmamman, vilket gett kontinuitet. Att vara i familjedaghem har för många barn känts som att tillhöra två familjer.

”Det är roligt att äta med fröknarna” är ett spontant omdöme från en sexåring i förskolan. Hon tillägger att de inte är stränga med bordsskicket. Några flickor i första klass har lagt märke till att de flesta äter fint, bara någon enstaka har dåligt bordsskick och de menar att det är ”konstigt” att en sådan elev inte får tillsägelse. Elever som gått några år i grundskolan är i allmänhet positiva till skolmåltiden men kommer också med kritik. Det är viktigt att få äta i lugn och ro och att få lämna bordet när man är färdig. Kraven på bordsskick är bra men räcker inte, för det är somliga som ”äter äckligt” och dem vill man inte sitta tillsammans med vid bordet. Ibland blir läraren sur och då förstörs måltiden.

En lärare för en klass med 6-7-åringar beskriver måltiden:

Innan de sätter sig till bords ska de tvätta händerna, vilket inte är självklart för alla. Barnen får själva ta sin portion av maten, de behöver inte äta allt, men vi kräver att de smakar regelbundet på allt. I vardagsvanorna sätter vi bordsskicket i centrum. Till daglig fostran hör att bruka kniv och gaffel, använda servett och be vänligt när något ska skickas, liksom att lämna bordet rent efter sig och att ha ett trevligt språk. För att barnen ska förstå vikten av en allsidig kost anordnas en friskvårdsvecka på skolan varje termin. Då får de vara med och laga mat eller baka något. Vi bjuder också in en kock som lagar spännande maträtter och visar hur man kan anrätta grönsaker.

En lärare på mellanstadiet – 10-12-åringar – menar att många barn sitter länge i lugn och ro vid maten. De har mycket att prata om och verkar uppskatta denna samlingsstund. Anmärkningar mot bordsskick accepteras

men försvaret är ofta: "Så får jag göra hemma." Måltidsattityderna skiftar och de respekterar att de inte får slänga någon mat.

Dessa lösryckta notiser från vardagsverklighet i förskola och grundskola kan bara understryka värdet av att barn med olika vanor och erfarenheter kommer samman i måltider som ger näring och mättnad, kunskap om matvanor och regler för social gemenskap samt självkännedom.

Levande tradition

I det moderna samhället är barnens måltider anpassade efter rörliga förhållanden, rationell organisation, social målsättning och psykologiska intentioner. Kan vi då tala om stabila traditioner som kulturarv i inpräglningen av måltidsskick? I historiskt perspektiv kan vi konstatera hur principen "att dela maten med varandra" har haft olika innebörder allt efter tillgång på mat som gav mättnad. I nuet är utgångspunkten att barn måste få "riklig" mat med sunda ingredienser för att växa och utvecklas. Det är en väsentlig princip som dock för med sig att barn ofta blir offer för reklam och för ideliga varningar om farliga livsmedel, vilket ibland skapar panik istället för trygghet. Vördnad för maten inpräglades förr genom bordsbönen som barn lärde sig att läsa. I religionsetnologiskt perspektiv förklarar Nils-Arvid Bringéus hur böner förändrats efter samhällets kontext och kulturmiljö (Bringéus 1997: 146ff). Även om denna religiösa rit blivit bortlagd finns det en rad regler som bekräftar traditionen: Förbud att leka och slarva med mat, att lämna kvar mat på tallriken och att tala illa om mat. Den synd som enligt folktron kunde bestraffas med hunger har i en sekulariserad uppfostran övergått till att bli självklara ordningsregler. I moderna barns världsbild har svält blivit något som finns långt borta och som man kan se på TV, men tankar och känslor om "allas rätt till mat" aktualiseras genom välgörenhet, t.ex. Lutherhjälpens sparbössa som delas ut till alla hem i fastlagstid. Förmågan att visa omsorg, att hjälpa och att dela med sig utvecklas hos barnen genom socialisation till empati.

Psykologen Magne Raundalen förklarar hur barn tillägnar sig beteende och personlighet direkt eller indirekt vid möten med andra (Raundalen 1997). Hemmiljön är den kulturella kontext där barnet identifierar sig med föräldrarna och deras värderingar. Raundalen lägger vikt vid "klimatet" i familjen och den positiva interaktionen. Han framhåller olika modeller för uppfostran och motiverar varför den *styrande*

är bäst för barnen. Den innebär att föräldrar ger vägledning, ställer krav och förklarar sina beslut samtidigt som de engagerar sig i barnens livsvärld och respekterar deras självständighet. Denna uppfostringsstil ger väsentliga utgångspunkter för att förstå hur barn formas genom anknytning till föräldrar och syskon. Måltiden är ett fält där barnet visar denna samhörighet och därför "gör" den också något med personligheten. Den *auktoritära* uppfostringsmetoden har presenterats i sekelskiftets hierarkiska mönster, där måltiden var ett träningsfält för fina manér och konventionella attityder och där kontroll och bestraffning ingick i disciplineringen. Det kan inte uteslutas att auktoritära medel används även idag i de krav vuxna ställer barnen med sikte på ett perfekt uppträdande. Raundalen beskriver också den metod som han kallar *tillåtande*. Den går ut på att föräldrarna lämnar barnet att agera på egen hand med alltför få regler till hjälp samt att de är slappa som föredömen och inkonsekventa i sin bedömning av barnets beteende.

Det är nyttigt att beakta dessa tre modeller då vi vill iaktta hur barn finner sig tillrätta i vardagens rutiner. På dagis och i skolan sker påverkan både i lekmiljön och i måltiderna. Tuffa och dominanta kamrater kan bestämma stilen och utöva makt. Med uppmärksamhet och styrning är de vuxna en motkraft mot kamrattryck och de har medel att stärka barnens självständighet. Samspelet kring måltiderna, en förnuftig erfarenhetsbas, lugn och tillit samt en lustfylld hållning till maten är en god grund som blir lagd i förskolan. På denna vilar både barnets individualitet och gruppens förmåga att samverka. De vuxnas ledarskap och barnens hållningssätt förenas i samfostran inom familjeliv och barnomsorg.

Litteratur

- Brembeck, H. 1997. *Efter Spock. Uppfostringsmönster idag*. Skrifter från Etnologiska föreningen i Västsverige 15. Göteborg.
- Bringéus, N.-A. 1997. *Folklig fromhet. Studier i religionsetnologi*. Stockholm: Carlsson Bokförlag.
- Child, L. 2002. *Jag hatar, hatar, hatar tomater*. Stockholm: Rabén & Sjögren.
- Föräldrar och barn. En handbok för unga föräldrar*. 1945. Utg. av Ruth Hamrin-Thorell. Stockholm: Lars Hökerbergs förlag.
- Juul, J. 2001. *Nu ska vi äta. Om barnfamiljers måltider*. Stockholm: Wahlström & Widstrand.
- Liliequist, M. 1991. *Nybyggarbarn. Barnuppfostran bland nybyggare i Frostviken, Vilhelmina och Tärna socknar*. Stockholm: Almqvist & Wiksell International.

Tack för maten. Hur barn lär sig måltidskultur
Ingrid Nordström

- Nordström, I. 1988. *Till bords. Vardagsmoral och festprestige i det sydsvenska bondesamhället*. Stockholm: Carlsson Bokförlag.
- Raundalen, M. 1997. *Empati och aggression. Om det viktigaste i barnuppfostran*. Lund: Studentlitteratur.

Ingrid Nordström
Etnologiska institutionen med Folklivsarkivet
Finnegatan 8
SE-223 62 Lund, Sverige
e-post: ingrid.m.nordstrom@telia.com