



ETNOGRAFISCH ONDERZOEK BIJ FAMILIES IN OOST-GRONINGEN

“Het debat over voeding en gezondheid wordt over het algemeen ingegeven door wat acceptabel en verantwoordelijk is en wat niet”. Zo besloot Bas Spierings zijn bijdrage in AGORA 2016-3 ‘Gezonde Stad’. Hij riep op tot meer kritische onderzoeken naar deze morele normen. Wat is acceptabel en gezond? In een etnografisch onderzoek naar eetgewoonten bij gezinnen in Oost-Groningen verkenden we deze normen en waarden rondom eten.

Ons alledaagse eten staat tegenwoordig in het middelpunt van wetenschappelijke, politieke en medische discussies. Omdat het percentage mensen dat overgewicht of obesitas ontwikkelt sterk is toegenomen, wordt er gewerkt aan beleid en interventies om deze zogenoemde epidemie een halt toe te roepen. In het maatschappelijke debat wordt de groei van overgewicht en obesitas veelal toegeschreven aan de toename in voedingsinname en de daling van de hoeveelheid dagelijkse beweging. We eten teveel en bewegen te weinig. Pas recent worden ook de opvattingen van mensen zelf over het maken van een voedingskeuze meegenomen in voedingsonderzoeken. Hoe ervaren kinderen, ouders en grootouders hun eetgewoonten? Hoe maak je als gezin overwegingen voor gezond of minder gezond eten? En hoe ervaren zij deze norm?

Om dit verder te onderzoeken hebben we etnografisch onderzoek gedaan naar voedingskeuzes in intergenerationeel verband om meer inzicht te krijgen in hoe kinderen, ouders en grootouders hun eetgewoonten ervaren en op welke gronden en normen zij hun eetgewoonten ontwikkelen. We hebben daarbij de exclusieve focus op gezond of ongezond losgelaten en meer gekeken naar de beleving van voedingskeuzes door de mensen zelf.

Uit eerder onderzoek weten we dat kinderen, ouders, en ook grootouders invloed op elkaar hebben als het gaat om eten en eetgewoonten. Iedereen weet wel hoe hij of zij vroeger aan tafel heeft leren eten en in veel gezinnen worden familietradities omtrent eten aan elkaar doorgegeven. Dit geldt zeker ook voor eetgewoonten in verschillende regio's ter wereld. Cijfers voor de regio Oost-Groningen laten zien dat zowel kinderen als volwassenen relatief vaak overgewicht en obesitas hebben, wat door beleidsmakers en medici vaak onlosmakelijk wordt verbonden met een slechte leefstijl, waaronder overeten, van de Oost-Groningers. Maar waarom zou het eetpatroon uit het Oost-Groningse zo uniek zijn? Is het echt anders dan de regio's daar omheen? En hoe zien de gezinnen in de regio dat zelf? Wat is hun eetcultuur? Om daar echt inzicht in te krijgen is het niet altijd voldoende om mensen te spreken in een interviewsituatie. Ook is het lastig om überhaupt met gezinnen in contact te komen, waarvan deze ervaringen nog niet zijn opgetekend en die niet spontaan openstaan voor een onderzoek naar hun leefstijl. Om die verhalen wel te kunnen optekenen heb ik onderzoek gedaan vanuit een etnografische benadering; onderzoek aan de hand van participerende observaties en terugkerende informele en formele gesprekken met mensen die in het gebied van onderzoek wonen.

De etnografie

Etnografisch onderzoek kennen we van oudsher als onderzoek dat wordt gedaan bij stammen in verre streken, die nog onbekende gewoonten en gebruiken hebben. Tegenwoordig wordt etnografisch onderzoek ook steeds vaker gebruikt in moderne gemeenschappen, om gedrag en gebruiken samen met inwoners te onderzoeken.

Een belangrijke aanleiding om voor etnografisch onderzoek te kiezen, waren de gesprekken die ik voor de start van het onderzoek voerde met professionals die al jaren werkten met gezinnen die er, naar normatieve begrippen, een ongezonde leefstijl op nahouden. Woorden als vertrouwen, tijdsinvestering, 'echt leren kennen' en cultuur vielen regelmatig en de enige manier om gehoor te geven aan deze signalen was om na te denken over een manier van onderzoeken waarin de tijd wordt genomen om Oost-Groningers te leren kennen.

De eerste stappen richting het etnografisch onderzoek lagen in twee zaken: ten eerste, ingangen vinden in de regio Oost-Groningen, die me konden helpen met het leren kennen van de omgeving, de mensen en de regionale (eet)gewoonten. Daarnaast wilde ik graag in de regio gaan wonen. Dit betekende dat ik concreet op zoek moest naar een huis waar ik een halfjaar kon doorbrengen. Toen dit gelukt was, ben ik tijdelijk in Oost-Groningen gaan wonen. De eerste stappen in 'mijn regio' waren in de richting van de supermarkt. De eerste observaties en indrukken bleven me erg bij.

Velddagboek: "Mijn eerste eigen voedingskeuze-ervaring in Noordoost Groningen was vandaag in Finsterwolde, waar ik een broodje met salade en een klein flesje frisdrank kocht in de supermarkt. Ik was me erg bewust van mijn eigen keuzes in de supermarkt. Was het gezond genoeg om een onderzoeker te zijn naar voedingskeuzes in Noordoost Groningen? Of juist te gezond? Terwijl ik in de rij stond voor de kassa, bedacht ik me dat mensen niet zozeer keken naar wat ik kocht, maar naar wie ik was; ze herkenden me niet. Er werd beleefd afgerekend."

Via organisaties als de Voedselbank en andere vrijwilligersorganisaties kwam ik in contact met gezinnen die leefden in Oost-Groningen. Ook bracht het me in contact met professionals die gezinnen begeleiden in of het maken van andere keuzes in leefstijl of breder, het gezinsleven of hen ondersteunden in het verkrijgen van eten (zoals de Voedselbank). Met behulp van mijn contactpersonen kon ik vrijwilligerswerk gaan doen met kinderen (in kookclubs), een tijdelijke rol vervullen in het activiteitencentrum voor kinderen en jongeren in één van de dorpen, en werken met groepen moeders. Daarnaast heb ik ook een aantal activiteiten ondernomen op de school in het dorp, om ook daar meer te leren over hoe kinderen eten en leren over gezondheid. De Voedselbank in de regio bood me een andere blik op boodschappen doen en omgaan met eten.

De eerste 2 maanden van het onderzoek was ik dan ook voornamelijk bezig met allerlei vormen van participerende observaties, zowel door middel van gesprekken als door middel van kijken en observeren. Ik heb er vanaf de start voor gekozen altijd over te observeren, wat betekent dat ik de mensen in mijn directe omgeving altijd informeerde over het onderzoek en mijn rol als onderzoeker (in tegenstelling tot covert observeren waarbij je je rol niet kenbaar maakt).

De participerende observaties mondden uit in dagelijkse notities in velddagboeken en memo's. Naast de activiteiten gedurende deze maanden, heb ik ook intensief samengewerkt met 13 gezinnen in de regio. Deze 13 gezinnen leerde ik kennen in de eerste maanden van het onderzoek. Met deze gezinnen is onderzoek gedaan aan de hand van foto's, interviews en video-observaties. Ook zijn bij deze gezinnen lengte, gewicht en omtrek-metingen gedaan.

Eetgewoonten en overwegingen

Langzaam maar zeker konden we een beeld bouwen van de eetgewoonten in de regio. Letterlijk, omdat de kinderen foto's maken van eetsituaties, maar ook van de normen, gewoonten en afwegingen die binnen de gezinnen gemaakt werden. De foto's en observaties en interviews leverden een typisch naar Nederlandse normen opgebouwd dagelijks eetpatroon op, waarin de maaltijden waren verdeeld over drie momenten en er tussendoortjes werden gegeten.

Uit de beschrijvingen werd duidelijk dat het avondeten als belangrijkste maaltijd wordt beschouwd. De gezinnen vertelden dat ze vooral aardappels, vlees en groenten aten, en dat vooral het vlees voor veel van de gezinsleden een belangrijk bestanddeel van de maaltijd is. Kinderen en ouders zeiden hierover:

"Gekookte aardappels en vlees eten wij eigenlijk altijd, maar dan ook heel soms niet. Patat eten wij altijd op zaterdag en soms ook op de donderdag. En meestal op de woensdag eten we soep." (Kelvin, kind)

"En dan eten we verder nog 1 keer in de week patat en dan twee dagen gezond of ik neem een blik soep mee en daar kunnen we dan, als het donderdag echt laat wordt, nemen we soep met brood en een stukje vlees erbij en dan is het ook wel klaar." (Bianca, moeder)

Voor veel gezinnen en vooral kinderen was het ontbijt één van de minst populaire eetmomenten. Als redenen droegen zij aan dat ze dan nog geen honger hadden of te weinig tijd hadden om ontbijt te eten. De lunch werd beschouwd als de minst gecompliceerde maaltijd.

Gewoon et'n of flink et'n

Maar ik was er niet alleen om te observeren wat de gezinnen aten, maar te onderzoeken hoe zij zelf hun eetpatroon en gewoonten beschreven en waardeerden. Wat werd als acceptabel en normaal gezien? De meeste gezinnen die hun eten beschreven, deden dat in termen als *gewoon et'n* of *flink et'n*. De norm is 'gewoon eten', waarin verstopt zit dat mensen hun eigen keuzes willen maken.

"Ik wil net zo et'n als thuis. Gewoon met de vork door je prak heen en gewoon et'n, vlees, lekker aardappeltje met jus." (Wobbe)

"Die kanten op [zuidelijker in Nederland] eten ze meer pasta's, dat soort spul allemaal, dat doen we hier niet." (Anja)

Deze regionale insteek, waarin gezinnen zich graag definiëren met de traditionele eetpatronen, die gezien worden als 'goed' en 'gezond', zijn ook ingebed in de lokale cultuur, waarin gezinnen aangeven graag gebruik te maken van kennis van voorgaande generaties, die binnen de regio zijn opgegroeid. Gezinnen vinden voldoening in de eetgewoonten die binnen de regio zijn vormgegeven.

En daarnaast dus die term 'flink eten', waaruit we kunnen afleiden dat het binnen gezinnen belangrijk wordt gevonden dat je gevuld wordt, dat er goed opgelet wordt of kinderen groeien. Waar het kantelpunt zit waarop kinderen en volwassenen wellicht teveel groeien, hangt ook af van waar de autonomie en vaardigheden binnen een gezin liggen.

Uit het onderzoek komt duidelijk naar voor dat kinderen, ouders en grootouders gezamenlijk overwegingen moeten maken, maar dat hun prioriteiten binnen de voedingskeuze vaak verschillen. Prioriteiten kunnen liggen bij hoe gezond een maaltijd is, maar ook bij harmonie in het gezin, welbevinden van de vader, welbevinden



van de moeder, functionaliteit, traditie of gewoon smaak. Logischerwijs maken kinderen, moeders, vaders en grootouders hierin andere overwegingen.

Dit moet worden gecombineerd met een afweging van geld, het eten dat op voorraad is, tijd en andere contextuele factoren. En dan gaat een rol spelen wie de norm bepaalt. Wat is de zeggenschap van het kind, de vader, de moeder en de grootouder? Waar veel onderzoek laat zien dat de moeder de doorslaggevende rol speelt, ondervond ik juist dat de kinderen, in samenspel met de vader vaak een grote vinger in de pap hadden wat betreft het eten. Grootouders observeerden ook dat kinderen een steeds grotere stem kregen. Maar niet alleen de kinderen eten graag wat ze lekker vinden, ook de vader is over het algemeen erg duidelijk over zijn voorkeuren. Vaders beïnvloeden met hun rol soms ook de kinderen in hun smaak.

Keuzes worden gemaakt op basis van geluk, traditie of autonomie

Focus op etnografische methode

Etnografisch onderzoek brengt inzicht in een minisamenleving met al haar facetten. Het leert een onderzoeker begrijpen waarom gedrag in een bepaalde omgeving zo is ontwikkeld. Daarbij kan een onderzoeker gebruik maken van de omgevingsfactoren en de persoonlijke factoren. Zo leren we keuzes die op het eerste zicht irrationeel lijken, zoals ongezond eten, beter begrijpen. Ook krijgen we inzicht in hoe die keuzes sterk verbonden zijn met de manier waarop mensen willen leven en hoe ze deze gewoonten ook graag doorgeven.

Daarnaast kan etnografisch onderzoek inzicht bieden in groepen mensen die over het algemeen wat minder vaak meedoen aan onderzoek. Het alledaagse, de informele momenten dragen eraan bij dat meer mensen een stem kunnen krijgen in het onderzoek.

Ook zorgt het ervoor dat je als onderzoeker niet hoeft te varen op wat iemand gedurende één onderzoeksmoment vertelt, maar dat juist ook de momenten daaromheen kunnen worden gebruikt. Dit levert vaak waardevolle data op. Zo leerde ik veel van de ervaringen die mensen deelden wanneer er binnen de gezinnen nog werd nagepraat over de interviews, foto's en gesprekken. Regelmatig kwamen participanten nog met eigen analyses nadat zij tijdens een verjaardagsvisite hadden nagepraat over het onderzoek. Ook al doet niet iedereen mee in het formele onderzoeksproces, je krijgt reacties gedurende de dagelijkse momenten.

Het combineren van verschillende momenten maakt de data ook rijker. Zo sprak ik een vader in zijn thuissituatie, bij het activiteitencentrum en ook bij de voedselbank en deelde hij op die momenten steeds andere facetten van het eten in zijn gezin. Zijn rol binnen het gezin kreeg zo steeds meer diepgang.

Binnen dit onderzoek betekende dat niet dat mensen niet beïnvloed worden door ontwikkelingen in de samenleving, maar binnen een meer gesloten gemeenschap graag hun eigen keuzes maken. Die keuzes zijn niet altijd gezond, maar ook niet altijd ongezond. Ze voldoen aan eigen normen en waarden die gezinnen, zoals elk gezin, voor zichzelf neerleggen.

"Wij doen gewoon wat we denken dat we moeten doen en niet omdat een ander vindt van ..uuh jullie eten te vaak bami of jullie doen dit verkeerd, of dat verkeerd, nee we doen het zoals we willen." (Wobbe, vader)

Hieruit concluderen we dat het belangrijk is om meer multidimensionaal te kijken naar eten en voedingskeuzes. Een keuze kan gemaakt worden op basis van de afweging tussen gezonde of ongezonde voeding, maar ook op basis van andere afwegingen, zoals geluk, traditie of autonomie. Ook op basis daarvan zullen gezinnen hun keuzes als acceptabel en normaal beoordelen. Daarnaast is het belangrijk eten meer regionaal te onderzoeken. De insteek van voedingskeuzes kan regionaler zijn dan we tot nu toe dachten. Ten slotte zijn vaardigheden in het gezamenlijk maken van keuzes in het gezin, die vaak samenhangen met autonomie en beeld van kind, ouder en ook grootouder, van groot belang gebleken in dit onderzoek.

Natuurlijk is het niet altijd mogelijk de tijd en het geld te investeren om dit type onderzoek te doen. Er zijn verschillende benaderingen ontwikkeld om het etnografisch onderzoek minder tijdrovend te maken, maar soms moet er ruimte zijn om relaties en keuzes op een diepgaander manier te onderzoeken. Wellicht zal zo'n aanpak niet altijd alleen maar nieuwe informatie opleveren, maar wel een holistisch beeld scheppen met een diepgaande bijdrage van de participanten.

Literatuurselectie

- Counihan, C., & Van Esterik, P. (Eds.). (2012). *Food and culture: A reader*. London: Routledge.
- Goodman, M. K. (2016). Food geographies I: Relational foodscapes and the busy-ness of being more-than-food. *Progress in Human Geography*, 40, nr.2, pp. 257-266.
- James, A., Kjærholt, A., & Tingstad, V. (Eds.). (2009). *Children, food and identity in everyday life*. London: Palgrave Macmillan.
- Visser, S. S., Hutter, I., & Haisma, H. (2016). Building a framework for theory-based ethnographies for studying intergenerational family food practices. *Appetite*, 97, pp. 49-57.

Sanne Visser (s.s.visser@rug.nl) is werkzaam bij de Rijksuniversiteit Groningen, Faculteit Ruimtelijke Wetenschappen, vakgroep Culturele Geografie. Dit artikel is gebaseerd op het onderzoek voor haar proefschrift *Gewoon et'n: An ethnographic study of intergenerational perspectives on food practices, overweight, and obesity in Eastern Groningen, the Netherlands*.