

Het regime van dik en dun

Moeders over voeding en opvoeding

1 Inleiding

De toenemende verspreiding van overgewicht, corpulentie en vetzucht in de afgelopen decennia is een modern industrieel verschijnsel, dat voornamelijk moet worden toegeschreven aan overvoeding.¹ Het contrast met de wijdverbreide magerte veroorzaakt door ondervoeding in de pré- en vroegindustriële perioden is opmerkelijk. In Nederland bijvoorbeeld klaagde de bekende arts G.J. Mulder (1847) over een aantal ziekten en groeistoornissen onder de zogenoemde 'volksklasse', die verband hielden met eetgewoonten. Deze gewoonten behoorden tot een levensstijl die in de eerste plaats gekenmerkt werd door diepe armoede. Maar over de rijken was hij evenmin tevreden: zij aten teveel en riskeerden daarmee hun gezondheid evenzeer als in het geval van ondervoeding. Daarmee vergeleken vormde overvoeding echter een veel minder algemeen probleem. Recente gegevens over de ongelijke verdeling van vetzucht over de onderscheiden sociale lagen wijzen in de richting van een proces van daling van corpulentie van de bovenste naar de onderste sporten van de sociale ladder.² Een 'zinkend cultuurgood' kan men zeggen.

Corpulentie was toen en is nu alleen mogelijk in omstandigheden van overvloed. Het is nog maar kort geleden dat voedsel in ongelimiteerde hoeveelheden beschikbaar kwam voor alle lagen van de bevolking. De opkomst van een nieuwe schoonheidsstandaard van de vorm van het lichaam, lijkt een bijbehorend verschijnsel, dat zich eveneens naar beneden toe verspreidt. Dikke lichamen worden niet meer gezien als een teken van rijkdom en vrijheid van gebrek; in de tijd van Mulder was dat waarschijnlijk nog wel het geval. Corpulentie wordt nu, integendeel, beschouwd als een bron van zorg en toberij, zowel vanuit medisch als vanuit esthetisch oogpunt. Een sterke maatschappelijke druk tot het bezit van een slank figuur, voor vrouwen en in toenemende mate ook voor mannen, dwingt tot beheersing van eetlust. Deze ontwikkeling naar een ideaal van matiging vormt een

aspect van wat N. Elias (1939) het civilisatieproces noemt. Het idee van de civilisering van eetlust³ en de notie van het klasse-karakter van de smaak, behandeld door onder meer Bourdieu⁴, vormen een leidraad voor het onderzoek waarover hier wordt gerapporteerd.

De studie vormt een poging om enig licht te werpen op een aantal gevoelens en opvattingen die samenhangen met corpulentie en die wortelen in bepaalde levensstijlen.⁵ De probleemstelling is gericht op verschillen in opinies en praktijken tussen gezinnen die een positie in de arbeidersklasse dan wel in de professionele middenklasse innemen. Deze verschillen betreffen onder meer smaak, voedselkeuzen, voedselregimes (speciaal inzake 'veel, vet en zoet' voedsel), lichaamsvoorstellingen en lichaamsregulering. Verondersteld wordt dat al deze aspecten tot een complex van attitudes behoren die te maken hebben met het lichaamsgewicht en die, als geheel, onderdeel vormen van de levensstijl van mensen. Een benaderingswijze van smaakverschillen die het voedsel mede omvat, is ontwikkeld door de Franse socioloog Pierre Bourdieu. Zijn begrip 'habitus'⁶ wordt hier gebruikt om levensstijlen te verbinden met (verschillen in) sociaal-structurele omstandigheden. Als respondenten zijn moeders van kinderen in de leeftijd van zes tot twaalf jaar gekozen omdat zij, als 'poortwachters', beschouwd kunnen worden als de beste informanten op het terrein van de voedselpreferenties van hun gezin.

De methode van onderzoek heeft een etnografisch karakter. Er zijn halfgestructureerde interviews van ongeveer twee uur lang gehouden met moeders die de twee onderscheiden sociale lagen vertegenwoordigen. De respondenten zijn aangemoedigd om vrijuit commentaar te leveren en over hun eigen gevoelens en ervaringen te praten. Alle interviews zijn volledig op de band opgenomen en uitgewerkt. De steekproef is getrokken in samenwerking met een regionale instelling voor jeugdgezondheidszorg. Moeders die voor controle van hun kinderen - leerlingen van scholen in tevoren vastgestelde buurten - kwamen, zijn gevraagd om aan het project mee te werken. Uit degenen die daartoe bereid waren is een zorgvuldige selectie gemaakt volgens drie veelgebruikte criteria van sociaal-economische status: beroep, inkomen en opleiding. Deze tamelijk ingewikkelde procedure⁷ resulteerde uiteindelijk in twee groepen respondenten, die gezinnen van een relatief 'hoge' en 'lage' maatschappelijke status⁸ vrij goed vertegenwoordigden maar die van ongelijke grootte waren. De talrijkste groep, moeders uit de arbeidersklasse, kon verder onderverdeeld worden naar type inkomen: lonen of uitkerin-

gen. Dit onderscheid lijkt, gezien de discussies over 'moderne armoede', relevant te zijn voor de voedselkeuze. Uiteindelijk werden de zesenzeventig respondenten verdeeld in drie categorieën van ongeveer gelijke omvang: veertien moeders uit gezinnen met een minimuminkomen ('Minima'), zeventien moeders uit gezinnen met inkomsten uit loon ('Loonarbeiders'), beide groepen behorend tot de arbeidersklasse, en vijftien moeders uit gezinnen die in de professionele middenklasse gerangschikt kunnen worden ('Professionelen'). Kortheidshalve worden deze af en toe aangeduid als de groepen M, L en P.

2 Sociale wenselijkheid en sociale classificatie

Participanten in een interview-situatie trachten zichzelf aan hun gesprekspartner zo acceptabel mogelijk te presenteren. Dat geldt voor interviewers en geïnterviewden in gelijke mate. Vooral in de gezinnen uit de onderzoeksgroep die behoorden tot de arbeidersklasse, hadden de interviewsters het gevoel dat zij niet als 'een van ons' werden gezien. Hoewel we veel moeite hadden gedaan om onze respondenten ervan te verzekeren dat het ons alleen om hun opvattingen en praktijken te doen was en dat we niet voor controle van wat voor aard dan ook kwamen, hadden we de indruk dat de moeders zich gedwongen voelden om zichzelf te presenteren als 'competente moeders en huisvrouwen'. Ik kom hier later op terug.

Indien de antwoorden soms vertekend zouden zijn in de richting van wat sociaal wenselijk is, betekent dit nog niet dat zij waardeloos zijn. Het gedrag dat respondenten willen laten zien is wat naar hun mening goed en juist is in de ogen van de interviewer. Dat is in de meeste gevallen het gedrag waar zij naar streven maar dat zij (nog) niet altijd kunnen verwerkelijken. Omdat wij opvattingen, waarden en motieven wilden weten voor het gedrag dat zij rapporteerden, is dit geen ernstig nadeel. Bovendien werden de antwoorden gecontroleerd door ook naar gevoelens en ervaringen te vragen. Het wekken van een indruk van 'competent moederschap' en de kans op sociaal wenselijke antwoorden bestaat in alle onderzochte groepen. Zoals we uit regelmatig terugkerende reacties van de moeders konden opmaken, nemen deze vooral in de arbeidersgroep de volgende vormen aan:

1) Het verbergen van de noodzaak tot bezuiniging; toch waren de

meeste moeders erg open over kwesties van prijzen en zuinigheid. 2) Het overdrijven van de gebruikte hoeveelheden sociaal gewaardeerde voedingsmiddelen in verschillende opzichten: frisdrank bijvoorbeeld vanwege de connotatie van luxe en gemak en melk om wille van de gezondheid.

3) Het onderschatten van het gebruik van sociaal verwerpelijk geacht voedsel, zoals snoep en coca-cola, tenminste vanuit het standpunt van competente moeders die een verstandig regime uitoefenen in hun gezinnen.

4) Het tonen van kennis van het belang van vitaminen in verse groente en fruit en (minder vaak) van afwisseling in maaltijden.

Behalve de algemene indruk van competentie die moeders uit de arbeidersklasse aan ons presenteerden, namen zij daarnaast ook verschillende houdingen aan ten opzichte van middenklasse-waarden inzake voeding. Naar ons gevoel werden deze in hun ogen gerepresenteerd door de onderzoeksters zelf. De attitudes zijn door ons als volgt gekarakteriseerd: *weerstand*, *onverschilligheid*, *onzekerheid*, *acceptatie* en *imitatie*. Het spreekt vanzelf dat deze veel minder manifest waren in de groep respondenten uit de professionele klasse. Deze geïnterviewden wilden eveneens beschouwd worden als competente moeders, maar de communicatie tussen 'hen' en 'ons' speelde zich af op dezelfde golflengte: de vanzelfsprekendheid van gemeenschappelijke middenklasse-standaarden voor gedrag. Wat Bourdieu (p. 191) 'het proces van classificatie van smaken' noemt dat plaats vindt tussen de sociale lagen, was hier ook aanwezig. Dit proces omvat wijzen van perceptie en appreciatie als onderdeel van smaak, die tegelijkertijd dienen om smaken en levensstijlen van andere sociale klassen te beoordelen. Als onvermijdelijk aspect van het sociale leven is dit ook merkbaar in de interview-situatie.

3 Smaak, voedselregimes en voedselkeuzen

Voorkeuren: de smaak van de 'noodzaak' versus de smaak van de 'luxe'

Een belangrijk doel van onderzoek was het opsporen van indicaties voor het bestaan van verschillen in smaak onder onze respondenten die vergelijkbaar zijn met die welke Bourdieu vond in Frankrijk. Deze socioloog heeft het inzicht dat voorkeuren en keuzen van mensen gebonden zijn aan hun maatschappelijke situatie uitgewerkt voor

het terrein van de culturele consumptie in brede zin. Voor zover het de tafel betreft, wijst dit er volgens hem op dat bijvoorbeeld arbeiders juist dat voedsel lekker vinden en die manieren van koken prefereren waartoe ze in elk geval gedwongen zijn in verband met hun klassepositie. Hij verklaart dat met behulp van het begrip 'habitus' - een soort blauwdruk gevormd door socialisatie en opleiding - en hun tegenwoordige beroeps- en financiële situatie. Typierend voor de arbeidersklasse is een 'smaak van de noodzaak'. In het geval van de hogere klasse en de hogere middenklasse (de dominante groeperingen in zijn terminologie) spreekt Bourdieu van een 'smaak van de luxe of distinctie': hun maatschappelijke positie biedt hen die daartoe behoren gelegenheid om een meer selectieve smaak te ontwikkelen. Distinctie blijkt uit de waarde die gehecht wordt aan regels, vormen, keuzen en kwaliteiten op het terrein van voedsel en eten; deze heeft betrekking op de mogelijkheid om de (materiële) noodzaak juist op een afstand te houden. Franse arbeidersgezinnen houden van 'het goede leven'; goed koken en eten is zeer belangrijk in vergelijking met de andere sociale lagen. Zij geven de voorkeur aan 'goedkope, vette, zware gerechten en aan grote porties'. Vlees en groenten moeten goed gekookt en zacht zijn. Gezinnen uit de Franse middenklasse (die door Bourdieu veel gedifferentieerder en subtieler worden behandeld dan in ons onderzoek mogelijk is) geven de voorkeur aan lichtere, meer verfijnde, magere gerechten en aan rauwe salade, die duurder, maar tegelijkertijd gezonder zijn.⁹

In het algemeen bleken de houdingen, regimes en smaakvoorkeuren van de moeders die we interviewden vrij consistente verschillen te vertonen en wel tussen de beide groepen uit de arbeidersklasse en de 'Professionelen' uit de middenklasse. De verschillen tussen de subgroepen, 'Minima' (M) en 'Loonarbeiders' (L) waren, hoewel zeker niet afwezig, minder opvallend. Waar het de smaak betreft meldden de moeders uit de arbeidersklasse van het soort voedsel te houden dat ons in sommige opzichten aan de preferenties van hun Franse tegenhangers doet denken. In onze ogen zijn deze zwaar, vet, zoet en goedkoop. De voorliefde voor zoet, waarover hieronder meer, lijkt eerder op de Engelse dan op de Franse smaak.¹⁰

Een centraal element van de smaak van de arbeidersgezinnen in onze onderzoeksgroep bestaat uit de grote voorliefde voor vlees. De meeste gezinnen hebben het elke dag in overvloed op tafel, omdat vader het wenst. Dit is voornamelijk varkensvlees omdat het goedkoper en zachter is (speciaal voor de kinderen) dan rundvlees. Men

houdt het meest van spekklappen en karbonaden. De meeste moeders vinden deze vleessoorten niet vet omdat zij ervoor zorgen ze goed uit te bakken en het vet niet te gebruiken of het te mengen met water. Zij (en de meeste van hun echtgenoten) vinden naar zij zeggen vette jus helemaal niet lekker en huiveren bij de gedachte om 'werkelijk vette' stukken vlees te moeten eten zoals randjes, zwoerd en hele varkensstaarten. Hun vaders en grootvaders waren daar dol op, herinneren zij zich. Enkele moeders houden vast aan de traditie van vorige generaties door het eten van kaantjes en het dopen van brood in het vet.

Respondenten uit de arbeidersklasse en hun gezinnen zijn in eigen ogen dus niet bijzonder gesteld op vet vlees: varkensvlees wordt vaker dan rundvlees gegeten omdat het goedkoper is en niet omdat het meer vet bevat. Dit laatste realiseren de moeders zich niet zo duidelijk. Een reden om het varkensvlees toch te mijden is de moderne 'chemische' manier om varkens te fokken. De afkeer van (zichtbaar) vet is opmerkelijk gezien de stijging van de vetconsumptie sinds de Tweede Wereldoorlog; het betreft hier dan ook voor een groot deel 'onzichtbare' vetten. De sterke voorliefde voor vlees is begrijpelijk omdat het een stevige maagvulling vormt en veel verzadiging geeft, hetgeen bijzonder belangrijk is voor mensen die zwaar lichamelijk werk doen. Voor een aantal vaders gold dat: zij waren stratemaker, bouwvakker of tuinman, maar kwam zulk werk niet meer in de tegenwoordige gezinssituatie voor dan was in elk geval de herinnering aan de zware arbeid van vaders of grootvaders nog levendig. Een andere reden is gelegen in het aspect van luxe: arbeidersgezinnen kunnen zich pas betrekkelijk kort dagelijks vlees veroorloven. Een aantal moeders herinnerde zich dat ze als kind alleen maar op zondag vlees kregen. Een dergelijke financiële barrière geldt tegenwoordig nog voor respondenten uit groep M (Minima): hun inkomen staat een dagelijks vleesgerecht niet altijd toe; dit is een belangrijk verschil met groep L (Loonarbeiders).

Een ander onmisbaar onderdeel van de warme maaltijd, zoals deze naar de mening van de moeders uit de arbeidersgroep behoort te zijn, bestaat in *verse groenten*. Deze moeten goed gaar gekookt worden (maar niet te lang) in water en afgemaakt met een eenvoudige (maïzena)saus of enige specerijen. Rauwe groenten worden praktisch alleen in de zomer gegeten; deze bestaan dan vaak uit niets anders dan sla en komkommer. *Aardappelen* worden dikwijls gegeten, soms afgewisseld met macaroni of spaghetti, terwijl rijst praktisch uitsluitend gebruikt wordt in de vorm van nassi. Als er een *toetje* is, bestaat dat

een enkele keer uit yoghurt maar bijna altijd uit vla, liefst kant en klare dubbelvla, al gemengd in het pak en bij bijzondere gelegenheden een puddinkje uit een kuipje. Tenslotte *brood*. De meeste arbeidersgezinnen in onze onderzoeksgroep geven beslist de voorkeur aan witbrood. De moeders beamen dat zij bruinbrood geprobeerd hebben 'maar ze lustten het echt niet'. De echtgenoten willen absoluut een pakje witbrood mee naar het werk en op de kinderen wordt niet al te veel druk uitgeoefend om bruin te nemen. De meeste moeders bieden beide soorten aan; wit en bruin, dat overigens bijna nooit bestaat uit de zware volkorenkwaliteit. Hier zijn mechanismen aan het werk die ook in het geval van vlees een rol spelen; witbrood was tot minder dan een generatie geleden nog een hooggewaardeerd luxe voedsel. Moeders uit de arbeidersklasse houden daar nu nog steeds aan vast en kunnen zich bovendien geen volkorenbrood veroorloven want dat is veel duurder.

De verschillen met de vertegenwoordigsters van de professionele middenklasse (P) in de steekproef zijn opvallend: in de eerste plaats houden zij van meer variatie in het soort gerechten dat boven is genoemd. Moeders uit de middenklasse maken niet elke dag vlees klaar; zij gebruiken daarvoor vaak vervangers zoals vis, kaas of eieren. Zij verkiezen rundvlees boven varkensvlees, hoewel de laatste vleessoort ook vaak gegeten wordt. Zij nemen de minder vette en tegelijkertijd duurdere stukken van eerste kwaliteit, terwijl de porties kleiner zijn. Kwaliteit heeft in deze gezinnen betrekking op meer selecte en exclusieve voedingsmiddelen, terwijl het in de groepen M en L een andere betekenis heeft, namelijk niet rot en goed ogend. Groenten, die ook in groep P altijd vers dienen te zijn, zijn meer gevarieerd, exclusief en 'apart'; ze worden bovendien vaker in rauwe vorm toe bereid, gemengd met kruiden en fruit of andere delicatessen en gegeten als bijgerecht. Aardappelen worden vaker op verschillende manieren klaargemaakt of vervangen door pasta, rijst of granen. Toetjes zijn ook afwisselender en aan bruin- of volkorenbrood wordt bepaald de voorkeur gegeven boven wit. Moeders zeggen dit laatste overigens eigenlijk alleen maar te eten in de vorm van stokbrood, bolletjes of andere luxe vormen van witbrood. Kortom, de preferenties drukken onderscheid en distinctie uit ten opzichte van de smaak van andere (lagere en hogere) sociale lagen.

De beschreven verschillen in voorkeuren tussen de strata kunnen mogelijk een bijdrage leveren aan de elders geobserveerde verschillen in gewicht, hoewel men zich dient te realiseren dat bovenstaande

gegevens niet meer dan 'verbaal gedrag' representeren en gebaseerd zijn op een kleine steekproef. Een eenduidige karakterisering van het geconstateerde onderscheid in smaak is echter niet gemakkelijk. Daarover het volgende.

Uitweiding

Hoewel we duidelijke verschillen in smaak vonden tussen de onderzochte groeperingen, die bovendien in een aantal opzichten sterk leken op wat Bourdieu kenmerkend achtte voor de Franse hogere en arbeidersklassen, is het de vraag of zijn typering als 'noodzaak' versus 'luxe' juist is, althans gebruikt kan worden in de Nederlandse situatie. Allereerst zij opgemerkt dat Bourdieu, het is al aangestipt, veel meer differentiatie aanbrengt in sociale gelaagdheid (zie bijvoorbeeld p. 128 en pp. 141-142) dan wij konden doen. Het voert te ver om hier uitgebreid in te gaan op alle 'fracties' die hij binnen de dominante klasse, de kleinburgerij en de arbeidersklasse onderscheidt. Het is wel van belang te vermelden dat hij daarbij uitdrukkelijk ruimte laat voor verandering van klassepositie met het gehele of gedeeltelijke behoud van de eenmaal verworven smaak, hetgeen discrepanties tussen smaak en positie tot gevolg heeft. Binnen de smaak van de 'luxe' en de 'noodzaak' zijn op deze wijze diverse veranderingen en varianten mogelijk.

Maar ondanks veranderlijkheid en variabiliteit blijft de dichotome typering van 'luxe' versus 'noodzaak' problematisch omdat er een tijdsdimensie van langere duur aan ontbreekt. Volgens de historicus Braudel (1981) bestaat er zo bezien een voortdurende dialectiek tussen de luxe voedingsmiddelen, voorbehouden aan een elitaire minderheid en de noodzakelijke, die het deel van de massa zijn. Luxe is naar zijn mening een bedriegelijk en tegenstrijdig begrip dat per definitie voortdurend verandert en nooit eens en vooral bepaald kan worden (p. 183). Wat in een bepaalde historische fase nog luxe is en gereserveerd voor enkelen, is in een volgende gemeengoed geworden. De rijken kauwen met andere woorden vóór wat de armen later zullen genieten. De verspreiding van het suikergebruik in Engeland, bestudeerd door Mintz (1985) kan hier als voorbeeld dienen. Suiker als luxe aan het hof van Henry II (twaalfde eeuw) wordt tot noodzaak bij de Engelse arbeidersklasse in de negentiende eeuw (p. 82 resp. p. 143). Deze noodzaak is bij Mintz hier vooral van biologische en psychologische aard: zodra Engelse arbeiders het zich financieel konden

veroorloven (de suikeraccijns werd rond 1850 afgeschaft) dronken zij thee met suiker. Dit gebeurde niet zozeer uit imitatiedrang maar omdat deze warme calorierijke drank mensen vermocht op te kikkeren en wat afwisseling verschafte bij de karige boterham. Bovendien waren de alternatieven, bier en melk, op dat moment te duur.

Bij de Nederlandse arbeidersklasse heeft zich vermoedelijk iets dergelijks voorgedaan. De beschreven voorkeur voor vlees kan als illustratie dienen van het proces van verschuiving van luxe naar noodzaak. Het is daarvoor niet nodig om terug te gaan tot de twaalfde eeuw. Honderdvijftig jaar geleden nog was de massa van de bevolking hier te lande om economische redenen gedwongen om praktisch uitsluitend aardappelen te eten. Tegen de eeuwwisseling komt daar af en toe een stukje spek of vlees bij, terwijl de dagelijkse consumptie van vlees pas sinds de welvaart van de laatste decennia financieel haalbaar is geworden. De herinnering aan vroeger is nog zo levendig dat het gebrek van toen een inhaaleffect lijkt te hebben bewerkstelligd: vlees kan geen dag gemist worden. Deze bevrijding van economische dwang heeft luxe aspecten, maar is niet volledig; de afstand tot de materiële noodzaak is niet groot en daarom is de keuze niet geheel vrij in tegenstelling tot die van de materieel en cultureel meer gefortuneerden. Vandaar de voorkeur voor het goedkopere, maar tevens vettere varkensvlees.

Het zal duidelijk zijn dat hiermee het complete proces van smaakverandering in de loop van de tijd niet uitputtend behandeld is. Er zit veel meer aan vast. Zo heeft de blijkbaar ook bij arbeidersgezinnen gewijzigde voorkeur voor zichtbaar vet vlees vermoedelijk mede te maken met de verminderde lichamelijke behoefte aan stevige kost in verband met zware spierarbeid en strenge koude. Uit onze gegevens, die niet meer inhouden dan een momentopname van de geschetste ontwikkeling, blijkt wel dat verschillende stadia tegelijkertijd voorkomen. De voorliefde voor kaantjes en spekvet bestaat naast die voor karbonade en die voor biefstuk, als daar een enkele keer geld voor is. Concluderend kan men zeggen dat de smaak van de luxe en de noodzaak, voorheen duidelijk gescheiden, door elkaar zijn gaan lopen en tot levensstijlen zijn gaan behoren, die aan voortdurende verschuiving en verandering onderhevig zijn. Bovendien zijn nieuwe noodzaken gaan gelden zoals die van het gezondheidsregime, voor de opvolging waarvan in ons type samenleving de voorwaarden sterk zijn toegenomen (Goudsblom 1987, p. 209). Het is typerend dat zich hieraan opnieuw de meest gefortuneerden het eerst onderwerpen, waarover straks meer.

Alle respondenten proberen zichzelf, het zij nogmaals gezegd, te presenteren als competente moeders. Dit moederschap omvat ook methoden van zorg en training inzake eten en drinken; opvoeding op dit terrein wordt door Bourdieu wel geïmpliceerd maar niet uitgewerkt. Het volgende is een poging daartoe. Moeders uit verschillende sociale klassen blijken verschillende procedures te volgen. Een belangrijk onderscheidend aspect bestaat in de mate van respect die ze hebben voor de eigenaardige preferenties van hun kinderen (en echtgenoten). Voorkeur voor en afkeer van bepaalde gerechten zijn kenmerken *waarmee men nu eenmaal dient te leven of die gevormd moeten worden*. Het blijkt dat moeders uit de arbeidersklasse meer geneigd zijn om de smaak van hun kinderen en mannen als gegeven feiten te accepteren dan moeders uit de middenklasse. Meer dan eens zeggen zij: 'wij eten wat we lekker vinden dus dat mogen zij ook'.

Toch zijn er grenzen aan de vrijheid van het kroost. Zelfs in de meer toegevend milieus uit de arbeidersklasse blijft de regel: 'kinderen moeten alles leren eten' overeind. De kleinen dienen eerst een beetje te proeven voordat het hen wordt toegestaan om iets niet lekker te vinden. De redenen daarvoor zijn zowel van praktische als van sociale aard: wanneer moeders zouden gaan toegeven aan 'lust ik niet', wil dat zeggen dat ze tenslotte drie of vier pannen op tafel zouden moeten zetten in plaats van een. Daarnaast worden weigeringen van kinderen of echtgenoten om te eten in beide sociale lagen ervaren als een hindernis voor het ordelijke sociale verloop van de gemeenschappelijke maaltijd. Zoals Wanda, een notarisvrouw (groep P) het uitdrukt: 'met het oog op hun toekomstige positie moeten ze aan alle mogelijke gerechten wennen'. Tegelijkertijd wordt deze eis van de zijde der moeders enigszins afgezwakt door concessies te doen aan de individuele smaken van hun gezinsleden. 'Bord leegeten' lijkt een achterhaalde regel voor de meeste kinderen van onze respondenten, omdat ze denken dat het verkeerd is om hen voedsel op te dringen. 'Anders mogen ze niet van tafel' wordt alleen nog toegepast in enkele professionele middenklassegezinnen, maar zelfs hier worden de hoeveelheden verminderd als de kinderen geen zin in het eten hebben. Andere aanpassingstechnieken bestaan uit het doen van appelmoes over de gerechten die ze echt niet lusten, het veranderen van de volgorde ervan of het bieden van alternatieven.

Het meest problematische onderdeel van de maaltijd, zowel voor

moeders als voor kinderen, bestaat uit de groenten. Groenten worden door de kleinen zelden lekker gevonden zonder dat zij daarin degelijk zijn opgevoed door moeders die deze voedingsmiddelen onmisbaar achten vanwege de vitaminen. Vlees is in veel mindere mate een obstakel: de meeste kinderen vinden het wel lekker. Hetzelfde geldt voor aardappelen en voor toetjes. Aan kinderen moet worden geleerd om een behoorlijke maaltijd te gebruiken en dus proberen hun moeders om hen af te leren voedsel vies te vinden. Maar dat gebeurt, afhankelijk van de klasse, met verschillende gestrengheid. Deze disciplinaire taak is eveneens van belang waar het niet om *afkeer* maar om *voorkeur* gaat. Hier hebben moeders niet te maken met afschuwelijke groenten maar met verrukkelijke snoepjes, koekjes, frisdranken en hartige snacks, zoals knapperige chips en patates frites. Al deze heerlijkheden dringen zich voortdurend en in overvloedige mate op aan kinderogen en -handen. Het is niet nodig om hen in dit opzicht aan te moedigen maar, integendeel, om grenzen aan hun eetlust te stellen. In dit opzicht is de invloed van de sociale klasse opnieuw heel duidelijk, zoals we zullen zien.

Geen van de moeders die we ontmoetten laat haar kinderen geheel vrij in het eten van zoete en hartige snacks, waar zij gewoonlijk zo dol op zijn dat ze er gemakkelijk teveel van binnen zouden kunnen krijgen. Hetzelfde geldt voor de uitgebreide reeks zoete boterhamsmearsels die Nederland rijk is. De regimes van de meeste moeders uit de arbeidersklasse in kwesties van 'veel, vet en zoet' zijn aanzienlijk toegeeflijker dan die van hun tegenhangers uit de middenklasse. Op voorwaarde dat ze van hun gewone maaltijden in elk geval iets eten, 'kunnen ze nemen wat ze willen en zoveel als ze willen', soms zonder dat eerst te hoeven vragen. Zo zegt Vonny, gescheiden en voormalig fabrieksarbeidster (groep M):

Als ik honger heb vraag ik hun toestemming ook niet; zij wonen hier ook en ze hebben net zoveel rechten als ik.

Maar anderzijds geldt: 'op is op' en de moeders kopen maar één keer in de week nieuwe cola en andere prik (de goedkope soorten), lollies en chips. Respondenten in groep M blijken minder restricties te hanteren dan die in groep L; de zontjes van Elly, een schoonmakersvrouw uit de eerste categorie, mogen bijvoorbeeld niet vaker cola dan drie keer per dag, een naar verhouding extreme regel. In de groep der Professionelen (P) worden nog weer strengere regels gehanteerd dan

in de arbeidersgroep als geheel.

De moeders uit categorie P stellen hogere eisen aan hun kinderen waar het gaat om snoep en snacks, die tegelijkertijd ook meer gecompliceerd zijn. Hun grondhouding ten opzichte van de voorkeuren en afkerigheden van hun kinderen is educatief: de smaak moet aangepast en gemodelleerd worden. In tegenstelling tot de moeders uit de arbeidersklasse vatten zij smaak niet op als een eigenschap waaraan men moet beantwoorden maar eerder als iets dat men moet bewerken en veranderen. Uit deze houding vloeien een strengere aanpak van hun afkerigheden en hogere eisen van discipline inzake hun voorkeuren voort. Voor hun kinderen betekent dit: minder boterhammen met zoet en minder prik, snoep en snacks op een geringer aantal tijdstippen per dag of zelfs per week. 's Middags als de kinderen uit school komen wordt er thee of vruchtensap gedronken in plaats van coca cola (dat als iets zeer verwerpelijks wordt beschouwd) of één van de zoete zuiveldranken. Een flink aantal moeders uit groep P heeft veel kritiek op deze nieuwe vindingen van de voedingsindustrie: 'te zoet, smaakt afschuwelijk', terwijl in de groepen M en L de gewone melk er dikwijls door vervangen wordt. In het gebruik (naar wat de moeders daarover vertellen) van patat onderscheiden de klassen zich heel duidelijk van elkaar: moeders uit arbeidersgezinnen geven de kinderen minstens eenmaal per week hun zin en halen deze geliefde snack (of maaltijd) kant en klaar of maken de frietjes zelf, terwijl de meeste 'professionele' moeders zeggen dat ze deze lekkernij maar eens in de twee weken of nog minder aanbieden.

Tegelijkertijd geniet men in deze klasse bij speciale gelegenheden van een afwijking van de discipline, die bevrijdend werkt. De weekenden hebben die functie van uitlaatklep vaker in gezinnen uit de middenklasse dan uit de arbeidersklasse. Bij zulke gelegenheden is het in groep P bijvoorbeeld soms toegestaan om een heel pakje chocoladehagelslag in een keer op te maken bij het ontbijt. Andere tractaties en lekkernijen hebben eveneens een connotatie van 'iets speciaals voor het weekend', bijvoorbeeld taart, bepaalde toetjes, dranken en snacks. Het is opmerkelijk dat de reeks van zulke voedingsmiddelen die kinderen wordt aangeboden in gezinnen uit de arbeidersklasse kleiner is, terwijl het aantal gelegenheden groter is. In middenklasse-gezinnen is de variatie van snoeperijen, tractaties en snacks groter, maar het aantal gelegenheden om ervan te genieten wordt geringer gehouden.

Een steeds terugkerend thema in de interviews was de vraag: waarom? We bespraken uitgebreid de redenen die de moeders gebruiken om hun keuzen op het gebied van de voeding te verklaren. Ze hadden allemaal bepaalde regels en regimes bij het selecteren, bereiden en opdienen van voedsel, maar wat waren hun motieven? Bij het beoordelen van hun antwoorden moeten we ons opnieuw het element van sociale wenselijkheid realiseren waardoor deze gekleurd zijn. Overigens bevat het praten over de redenen voor iemands gedrag altijd een aspect van legitimering achteraf. Niettemin kregen we een goede indruk van de verschillen in argumentatie tussen de sociale strata.

Het meest in het oog lopende verschil tussen de groepen uit de arbeidersklasse en die uit de middenklasse is het overrompelend grote belang van het criterium 'lekker' als richtlijn voor regimes en keuzen van voedsel in de eerstgenoemde sociale laag. De moeders uit de arbeidersklasse verschilden echter onderling nog in het koppelen van 'lekker' aan andere criteria zoals 'goedkoop', 'makkelijk klaar te maken' en 'geschikt om er man en kinderen eens lekker mee te verwennen'. Deze criteria hebben allemaal te maken met de specifieke sociale positie van de moeders in hun gezin en van het gezin in de samenleving; we komen hierop terug in paragraaf 5. Het andere kernmotief in de gesprekken, 'gezond', werd niet gecombineerd met lekker; het kwam trouwens in rangorde beslist op de tweede plaats, hoewel er dikwijls naar werd verwezen. De moeders uit de middenklasse draaien de rangorde van 'lekker' en 'gezond' daarentegen om, maar geven wel toe dat 'lekker' ook heel belangrijk is. Deze kloof in argumentatie moge evident zijn, de commentaren van beide categorieën moeders onthullen veel over de wijze waarop deze standaarden in de onderscheiden sociale context functioneren en over de vorm die zij op de verschillende posities in de sociale hiërarchie aannemen.

Beperkingen in het gebruik van snoep en coca cola worden in de groepen M en L nooit expliciet gelegitimeerd door verwijzingen naar gezondheid, behalve waar het de tanden betreft. 'Regels zijn nodig, dat is nu eenmaal zo' en 'anders eten ze (hun warme maaltijd, AvO) niet'. De respondenten met de meest gedeprivilegieerde achtergrond uit deze groepen, aarzelen wanneer hun gevraagd wordt naar het belang van voedsel in verband met een gezonde groei en ontwikkeling van kinderen; anderen zijn onverschillig of ontkennen dat verband: 'sommigen zeggen dit, anderen dat'. Grenzen stellen aan de

consumptie van patat omdat het ongezond is? 'Onzin... patat is gemaakt van aardappelen en die zijn gezond dus patat is gezond.' Een andere moeder denkt dat het weinig verschil maakt wat voor voedsel de kinderen krijgen: 'ze groeien toch wel, zelfs al is het slecht'. Ze weet welke voedingsmiddelen goed zijn; melk, vlees, verse groenten, fruit en vitaminepillen, die door haar kinderen trouwens beschouwd worden als lekkere snoepjes. Deze basislijst van 'goede voedingsmiddelen' die 'moeten' wordt steeds opnieuw herhaald (behalve vlees) in deze categorie moeders, maar de plaats ervan in het gehele voedingspatroon is duister. Als aan de condities van voedsel dat 'moet' is beantwoord, voelen ze zich vrij om hun gezinnen aan te bieden wat ze lekker vinden. Verwijzingen naar 'gezond' worden gemaakt om te laten zien dat zij dat als competente moeders natuurlijk best weten, maar worden veel minder als richtlijn voor gedrag genomen.

De gesprekken met de meest gedeprivilegieerde moeders - voornamelijk maar niet uitsluitend te vinden in groep M; er is in dit opzicht een geringe overlap met groep L - over ziekte en gezondheid als richtlijn bij de keuze van voedingsmiddelen leverden meer dan eens relativerende commentaren op: 'waarom zou je daar rekening mee houden? We gaan toch allemaal dood'. Deze uitspraak doet denken aan 'fatalisme', een houding ten opzichte van 'gezondheid' die bleek te bestaan onder arbeidersvrouwen in Engeland en waarin wordt uitgedrukt dat mensen weinig kunnen doen om ziekte te voorkomen.¹¹ Andere reacties wijzen op het probleem van giftige stoffen in voedsel: 'wat is nu tegenwoordig nog gezond?' Toch worden de consequenties van het handhaven van de gezondheid voor het dieet nog het minst vaak getrokken omdat het te lastig is voor moeders die de verantwoording hebben voor het eten van hun gezinnen, want: 'ze lusten het niet'. 'Gezond' als richtlijn is te hinderlijk in de praktijk, 'lekker' is een criterium waaraan zij kunnen voldoen. Een combinatie van beide is in het algemeen niet mogelijk.

Naarmate de moeders uit de arbeidersklasse een wat betere positie op de maatschappelijke ladder innemen, wordt het criterium 'lekker' vaker gecombineerd met andere, zoals 'gevarieerd' en 'gezond'. Deze respondenten hebben een 'geregelder' gezinsachtergrond, een iets betere opleiding en een hoger inkomen, of in termen van Bourdieu: ze hebben een andere habitus die hen predisponeert tot andere levensstijlen en smaken. De feitelijke kennis van nutriënten en andere zaken die met voedsel te maken hebben is iets uitgebreider, terwijl er

soms meer waarde wordt gehecht aan een vast en ordelijk schema voor het koken en eten. Het is treffend dat de houdingen van *weerstand*, *onzekerheid* en *onverschilligheid* ten opzichte van voeding en gezondheid er vaker vervangen worden door *acceptatie* en *imitatie* (zie p. 4). Sociale wenselijkheid kan een rol spelen, maar de *habitus* is waarschijnlijk belangrijker. Ze zijn meer 'bereid' om het criterium van gezondheid te accepteren als een doel dat de moeite van het nastreven waard is en dat daarom implicaties voor het gedrag heeft. De houding van deze moeders komt dichterbij in de buurt van 'lifestyle', een attitude die de tegenhanger vormde van 'fatalism' in het zojuist genoemde onderzoek onder Engelse arbeidersvrouwen en die actiever is gericht op preventie van ziekte. Beide attitudes kwamen voor, evenals hier, onder arbeidersvrouwen zonder dat de onderzoekster deze kon verklaren. Uit onze gegevens dringt de suggestie zich op dat deze gezocht moeten worden in verschillen in *habitus*.

Deze is ook van belang bij het verklaren van de houdingen ten opzichte van gezondheid, leefregels en voedsel van de moeders uit de professionele klasse. Onze respondenten in groep P verwijzen allemaal naar 'gezond' als belangrijk criterium bij de voedselkeuze. Het valt op dat dit een vanzelfsprekende en geheel geïnternaliseerde gedragsstandaard is. Zelfs wanneer bij speciale gelegenheden (weekend, feestjes), de strakke teugels van het gewone regime wat worden gevierd en 'lekker' voorop moet staan, blijft 'gezond' nog steeds belangrijk. In zulke gevallen proberen de moeders lekkere in gezonde gerechten te veranderen door speciale ingrediënten te gebruiken en in speciale winkels te kopen: wél kroketjes, maar dan van de uitstekende slager of zelfgemaakt; lekker alleen is niet voldoende en heeft zelfs een connotatie van iets dat verboden is. Op deze wijze komen de moeders tegemoet aan de gezondheidsstandaard, terwijl ze tegelijkertijd hun kwaliteitsbesef en exclusieve smaak laten zien.

Voor moeders in deze klasse betekent, kort samengevat, 'lekker' iets anders dan voor moeders in de arbeidersklasse. Het is iets fijns, iets speciaals, een uitspatting die dicht in de buurt van zonde komt. Deze zondige slechtheid heeft betrekking op zaken die het lichaam betreffen en niet de geest, waarvoor deze juist goed en heilzaam is. Zo wordt immers het psychisch evenwicht hersteld dat mogelijk werd verstoord door de beheersing van de eetlust en de disciplinerende van het lichaam¹² omwille van de gezondheid. We zijn herhaaldelijk gewaarschuwd om de gezondheidsregels inzake de voeding toch niet te overdrijven, want de geestelijke balans is belangrijk. In deze context

is het genieten van voedsel niet alleen toegestaan, maar zelfs een voorschrift. Bovendien is dat goed voor de spijsvertering zodat het ook nog van nut is voor het lichaam. Het blijkt dat op deze wijze 'lekker' en 'gezond' zeer nauw met elkaar verbonden zijn, in plaats van dat zij polaire tegenstellingen vormen zoals het geval is voor veel moeders uit de arbeidersklasse. Smakelijkheid is, tenslotte, voor onze respondenten uit de middenklasse geen statische categorie, maar iets dat gevormd en gemodelleerd kan worden; het is geen gegeven feit, maar resultaat van opvoeding en ervaring. Volkorenbrood bijvoorbeeld wordt alleen op de lange duur lekker gevonden. Smaak is kortom iets dat geleerd en ontwikkeld moet worden en niet iets om zich willoos en zonder weerstand aan te onderwerpen, zoals het wordt opgevat door de moeders uit de arbeidersklasse in onze onderzoeksgroep.

4 Ideaalbeelden en wijzen van regulering van het lichaam

Idealbeelden van het lichaam en motiveringen

Tot het complex van opvattingen, gevoelens en gedragingen, waar het lichaamsgewicht een onderdeel van vormt, behoren ook de ideaalvoorstellingen van het lichaam en de motieven daarvoor. Het thema 'lichaamsdiscipline'¹³ werd geïntroduceerd door respondenten te vragen of zij ooit enig probleem met het gewicht van hun kinderen, hun mannen of zichzelf hadden gehad. Kwesties van afvallen en lijnen staan centraal in het leven van veel westerse vrouwen van tegenwoordig. Moeders van kinderen op de basisschool zijn daarenboven voortdurend attent op hun groei en de daarbij behorende normale toename in lengte en gewicht. Voor dit proces worden zij verantwoordelijk geacht; bovendien voelen ze zich ook min of meer verantwoordelijk voor het gewicht van hun echtgenoten. Daarom kunnen hun opvattingen en voorstellingen van het lichaam een verhelderend aspect vormen van het al genoemde complex van attitudes en levensstijl met betrekking tot de smaak en het eten. In dit opzicht staan opnieuw de klasseverschillen centraal.

Het probleem van dik of dun blijkt onder onze respondenten een ruime belangstelling te hebben. Een paar moeders zeggen dat het onderwerp hen niet interesseert, maar de overigen geven toe dat zij in hun gezinnen of naaste omgeving wel ervaringen hebben met vaak

minder, maar ook wel meer ernstige problemen met het lichaamsgewicht. Ook in dit opzicht manifesteren zich weer interessante verschillen tussen de groepen in de aspecten die zijn onderscheiden. Dit zijn: *voorstellingen* omtrent ideale lichaamsvormen, *motieven* daarvoor (met name overwegingen van esthetische en praktische aard, van gezondheid en van angst voor sociale vernedering) en *lichaamsregulering* of -discipline. Deze aspecten verschillen daarnaast nog van elkaar naarmate zij betrekking hebben op de lichaamsomvang van kinderen, mannen en vrouwen.

Ongeveer de helft van de respondenten uit de arbeidersklasse zegt dat ze zich ongerust maken of gemaakt hebben over het gewicht van hun *kinderen*, terwijl dat er van de middenklassegroep maar één is. Het regelmatige onderzoek van de schoolarts doet deze ongerustheid wel verminderen; aan de mededelingen van de moeders daarover valt ons op dat de van deze zijde afkomstige professionele medische deskundigheid op het gebied van lichaamsgewicht, groeilijnen en wat dies meer zij, met verbazingwekkend gemak is omgezet in protoprofessionele kennis (Brinkgreve e.a. 1979, pp. 17-24). Toch kunnen moeders van dunne kinderen het niet helpen dat ze hen liever wat dikker zien en andersom. Voor beide klassen bevindt de ideale lichaamsomvang van kinderen zich ergens tussen de extremen van dik en dun, maar de motieven ervoor verschillen. Moeders uit de groepen M en L noemen esthetische en 'sociale' redenen terwijl die uit groep P eerder verwijzen naar gezondheid. Ongeveer een derde van de moeders, gelijk verdeeld over de groepen M, L en P, vermeldt dat het gewicht van hun *mannen* niet goed is. De meeste echtgenoten worden te dik gevonden, maar er is een groot verschil in de commentaren op deze situatie: moeders uit de arbeidersklasse zeggen dat hun mannen helemaal geen last van hun corpulentie hebben, terwijl men in de middenklasse eerder vindt dat zij zich niet fit voelen en hun zorg over deze kwestie verklaren door te wijzen op mogelijke gezondheidsrisico's in de toekomst. Zij voelen zich blijkbaar zeer verantwoordelijk voor het lijf van hun echtgenoten, hetgeen niet geldt voor respondenten uit de arbeidersklasse. Redenen van sociale vernedering worden in het geval van mannen helemaal niet genoemd, terwijl esthetische motieven van ondergeschikt belang zijn: in dit opzicht bestaan er geen verschillen tussen de sociale lagen.

Maar de meeste moeilijkheden hebben de respondenten in heden of verleden ervaren met hun eigen lichaamsgewicht: de meesten van hen willen graag slanker worden dan ze nu zijn maar voor enkelen

geldt het omgekeerde. Motieven voor het bezit van een slank lichaam voor vrouwen blijken gevarieerder te zijn dan voor mannen en kinderen: 'ik kan geen leuke kleren kopen' (praktisch), 'ik schaam me zo' (sociale vernedering), 'het is lelijk' (esthetisch), 'ik voel me niet fit' (gezondheid). Het voorschrift voor het bezit van een slank lichaam voor vrouwen blijkt duidelijk onafhankelijk van klasse te zijn, hetgeen voor mannen niet het geval is. In dit opzicht blijken de verschillen tussen de seksen van meer belang te zijn dan die tussen de sociale lagen. Hoe diep dit ideaal van vrouwelijke schoonheid is geïnternaliseerd kan worden geïllustreerd met het volgende citaat over afvallen van Elly (groep M):

Ik ben nooit ziek, maar het is gewoon voor me eige niet waar? Het is gewoon voor je eigen gevoel...ja, en ik hoef het niet te doen voor mijn kerel ook...die weegt zelf 105 kilo...

Sonja, de vrouw van een werkloze machinebankwerker (groep M) en in dezelfde omstandigheden, realiseert zich het bestaan van sociale druk in deze zaken:

Ik voel me er wel happy bij, ik loop mezelf niet in de weg... Het wordt meer raar gevonden, door anderen, het wordt je aangepraat.

Katja, getrouwd met een gewezen slachter (groep L), zegt:

Ik schaam me zo. Ik kan geen leuke kleren dragen en geen badpak aan... Ongezonder? De mensen zeggen dat en misschien is het waar, maar het belangrijkste is dat het heel lelijk is.

De meeste respondenten in beide categorieën uit de arbeidersklasse lichten hun wens om af te slanken toe met vergelijkbare motieven. Het meest opmerkelijke verschil met de commentaren uit de middenklasse is de betrekkelijke afwezigheid van verwijzingen naar gezondheid. Het criterium van 'je goed voelen' of 'je niet goed voelen' komt er in de buurt maar is van een korte termijn karakter. Corpulentie wordt in het geheel niet geassocieerd met mogelijke gezondheidsproblemen; deze worden van minder belang geacht of zelfs genegeerd. Het idee om ze te voorkomen is vreemd en vereist dwang van buitenaf. Zo zegt Sonja (M) op de vraag naar ziekte en zwaarlijvigheid:

Ziekte? Daar hoor je soms wel van, maar ik denk als je er mee geconfronteerd wordt dan dringt het pas tot je door... Maar nu niet, niet zo pessimistisch! Als je bij de dokter komt en die raadt je aan om te vermageren...dat stimuleert wel meer...als het moet...als er dwang achter zit.

Het is een consistent kenmerk van de moeders uit de middenklasse dat zij zwaarlijvigheid eerder met problemen van gezondheid dan met die van uiterlijke schoonheid verbinden: het lichaamsgewicht moet voortdurend in de gaten worden gehouden. Hortense, vrouw van een leidinggevend functionaris in een groot bedrijf (P):

Ik denk dat het belangrijk is omdat ik me dan gedwongen voel om gezonder te leven...

En Vicky, een notarisvrouw (P):

Ik moet afslanken, niet op advies van mijn dokter, maar omdat ik het zelf nodig vind. Om gezondheidsredenen.

Esthetische motieven ontbreken niet, maar deze zijn altijd vermengd met gezondheidsredenen terwijl argumenten van schaamte niet worden genoemd.

Voorstellingen van het ideale figuur verschillen, kort samengevat, niet veel tussen onze respondenten, tenminste voor zover het om vrouwen en kinderen gaat. Voor mannen ligt dat anders: de moeders uit de arbeidersklasse maken zich veel minder druk om de corpulentie van hun echtgenoten dan moeders uit de middenklasse. Bovendien veranderen de motieven en argumenten voor het bezit van een slank-maar-niet-te-mager figuur duidelijk. Gaande van de groepen uit de arbeidersklasse naar die uit de middenklasse, vindt men een dik lijf respectievelijk: lastig, lelijk, een bron van schaamte en een risico voor de gezondheid. Deze voorstellingen van een ideaal figuur vormen mogelijk een basis voor pogingen tot lichaamsregulering en zijn, meer in het algemeen, waarschijnlijk verbonden met voedselvoorkeuren (en regimes), of in Bourdieu's woorden (p. 210):

Le goût en matière alimentaire dépend aussi de l'idée que chaque classe se fait du corps et des effets de la nourriture sur le corps, c'est-à-dire sur sa force, sa santé et sa beauté, et des catégories qu'elle emploie pour évaluer ces effets, certains d'entre eux pouvant être

retenus par une classe qui sont ignorés par une autre, et les différentes classes pouvant établir des hiérarchies très différentes entre les différents effets...

Pogingen tot regulering van het lichaam

De maatregelen die al dan niet door de respondenten zijn genomen om het verlangde gewicht van henzelf of hun gezinnen te bereiken, vormden een zeer belangrijk onderwerp van gesprek. Hoewel veel moeders van dunne kinderen hen graag wat dikker zien, accepteren ze dit feit omdat ze weten dat ze verder gezond zijn. Slechts twee van hen hebben echt geprobeerd om hen wat extra's te geven - af en toe stukjes worst (M) of 's ochtends warme pap met room erdoor (P) - ondanks de mening van de schoolarts dat zoiets overbodig is. De respondenten verschillen van mening over de corpulentie van hun mannen: vrouwen uit de arbeidersklasse in onze steekproef vinden het alleen in enkele gevallen nodig om er iets aan te doen. Zij winden zich er meestal niet zo over op en verwachten van hun levensgezellen evenmin enige stimulans voor hun eigen pogingen om af te vallen. Mannen blijken er uit zichzelf alleen iets aan te doen wanneer zij een sport beoefenen zoals voetbal of body-building. Deze laatste vorm van discipline, waarbij het vooral om kracht gaat, brengt met zich mee dat er dikwijls dieet moet worden gehouden zoals verschillende respondenten ons uitlegden. In body-building manifesteert zich het ideale figuur van een man, dat typerend is voor de arbeidersklasse (Bourdieu, pp. 231-233).

Respondenten uit de middenklasse maken zich daarentegen enige zorg over de uitdijende buik van hun echtgenoten. Zij lijken op Steffy, de vrouw van een tandarts (P), die haar man ertoe aanzet zijn eetlust te matigen 'maar dat is heel moeilijk'. Hij eet wat hij lekker vindt en hij is dol op een goed stuk (soms vet) vlees, gebakken eieren bij de lunch en zelfs op siroop en suiker in zijn vla. 'Dan zeg ik: neem toch yoghurt!' Maar haar beleidslijn is wat ambivalent omdat ze denkt dat het zielig is om hem te verbieden wat hij graag lust. Overigens wordt het woord 'zelig' door onze gesprekspartners herhaaldelijk gebruikt in verband met de weigering van voedsel aan mannen en kinderen omwille van het lichaamsgewicht.

Maar de meeste pogingen om het gewicht te reguleren die door de respondenten ondernomen worden, betreffen hun eigen lichaam. De pogingen om af te vallen blijken niet afhankelijk te zijn van de sociale

klasse, maar het succes in het bereiken van dat doel is het wel. Sommige vrouwen uit de beide arbeidersgroepen zeggen met Sonja (M) die eigener beweging meldt dat ze 105 kilo weegt:

Ik blijf aan het lijnen, ik val af maar het zit er zo weer aan, ik mag graag lekkere koek, snoep, 's avonds vooral...ik weet heus wel waar het van komt.

Anderen proberen een hele reeks maatregelen uit zoals Elly (M):

Die buik dat vin ik erg...op 'be fit' en alles gezeten, gymnastiek...nog steeds niet weg...step-ins gedragen...dieet gevolgd...ja dan werd gezegd het ligt aan de patat met mayonaise die je eet, ik kan niet langs een kraam komen of het gaat er wel in...drie weken kwijlend langs de patatzaken gelopen en niet nemen...dan moet je doorzetten, nog geen kilo was eraf...toen geprobeerd (regelmatig te eten): 's ochtends met heug en meug twee sneetjes in m'n mik gedouwd...hielp nog geen moeder...slankheidsthee...

Ze heeft haar pogingen helemaal opgegeven en ontkent nu het verband tussen eten en zwaarlijvigheid; maar in dit opzicht is ze een uitzondering want de meeste respondenten in de groep arbeidersvrouwen weten uitstekend waar het aan ligt. Zo zegt Katja, die 100 kilo weegt (L):

Ik heb van die vreetbuien en dan kan ik niets in de kast laten...alles gaat op. Het begon na mijn trouwen...ik ben dol op eten en lekkere dingen bakken...het komt van teveel eten, ik heb geen sterke natuur.

Vreetbuien worden ook in groep P gemeld: Hortense is net zo geobseedeerd door haar herhaaldelijke mislukking om haar eetlust te beheersen, maar er is tenminste één belangrijk verschil: ze ziet er helemaal niet dik uit! Toch zegt ze:

Ik weet dat ik heel slecht eet wanneer ik niet lijn...dan behandel ik mijn lichaam heel slecht...heel ongezond...ik kan mezelf gewoon niet beheersen...buitengewoon slap.

Haar slechte gedrag bestaat uit het verslinden van hele rollen koekjes en zakken drop en het drinken van flessen coca cola. Zij lijkt deze daden als werkelijke zonden tegen de gezondheid te beschouwen. Op deze wijze komt zij dicht in de buurt van Veronica (L) - haar gezin

behoort tot de Jehova's getuigen - die weet dat er in de bijbel staat geschreven dat vraatzucht een zonde is.

Hortense's obsessie door haar vraatzucht is een uitzondering onder de vrouwen uit de middenklasse. Willemijn, de vrouw van een wetenschapper, vertelt een aangrijpend verhaal van een tegenovergesteld probleem dat ze kort geleden te boven kwam: haar anorexia nervosa. Zo is het, om kort te gaan, gesteld met de meesten van deze groep moeders; zij hadden diverse problemen met de regulering van hun lichaamsgewicht, zij bekenen te weten van verleiding en bezwijken, maar eigenlijk hebben zij hun lichaam allemaal stevig gedisciplineerd. Om redenen van gezondheid en van schoonheid. Evenmin is er iemand onder hen dik; hun succes in dit opzicht vormt het meest opmerkelijke contrast met de respondenten uit de arbeidersklasse. Zij worden, zo lijkt het tenminste op grond van hun eerder vermelde en met redenen omklede wensen tot het bezit van een slank figuur, eerder bewogen door geïnternaliseerde motieven van gezondheid dan door de externe prikkels van sociale vernedering zoals vaker het geval is in de groepen uit de arbeidersklasse. Deze tegenstelling is in overeenstemming met de opvattingen van Elias over de verschillen in beheersingswijzen tussen de sociale lagen en komt overeen met de bewering van Bourdieu (p. 210), 'que le corps est l'objectivation la plus irrécusable du goût de classe'.

5 De verschillen gewogen: enkele concluderende opmerkingen

Hoewel we geen gegevens over corpulentie zelf hebben verzameld, denken we dat het hier gepresenteerde materiaal over voedselregimes en lichaamsregulering relevant kan zijn voor een interpretatie van de ongelijke verdeling van dit verschijnsel over de sociale lagen. Het is opvallend dat we, zelfs in onze kleine steekproef, alleen dikuitziende moeders ontmoetten in de arbeidersklasse, terwijl zij in de andere groep ontbraken. Een belangrijker resultaat van deze studie is echter het consistente verschil in het complex van attitudes dat te maken heeft met eten en lichaamsgewicht tussen twee groepen moeders die 'hoog' en 'laag' vertegenwoordigen op de sociale ladder. Smaak, regimes en keuzen inzake voedsel enerzijds en voorstellingen en beheersingsmethoden van het lichaam anderzijds zijn alle onderdeel van een levensstijl die ook andere attitudes (die ten opzichte van gezondheid bijvoorbeeld) en gedrag omvatten. De verschillen in

levensstijl zijn het grootst tussen de groepen uit de arbeidersklasse en de middenklasse in onze steekproef; maar er zijn ook kleinere onderscheidingen aanwijsbaar tussen beide groepen moeders uit de eerstgenoemde sociale laag.

Om deze reeks van verschillen die we vonden tussen 'hoog' en 'laag' te interpreteren zou voorlopig het volgende kunnen dienen. Te beginnen met de moeders zelf: de meesten van hen zijn (bijna) voor de volle tijd huisvrouw. Binnen de kleine sociale eenheid van het gezin zijn zij voor de waardering van hun werk afhankelijk van (man en) kinderen. Een belangrijk deel van hun arbeidsleven bestaat uit bezigheden die te maken hebben met voedsel en de bereiding daarvan. Dit is een traditionele, maar daarom nog niet een minder reële situatie. Het is begrijpelijk dat zij de tong van hun gezinsleden willen strelen in plaats van hen iets voor te zetten dat de afkeer opwekt. Met voedsel kunnen zij hen een beetje verwennen; eten brengt gezelligheid met zich mee en genot. Moeders die een vergelijkbare sociale positie innemen zullen onderworpen zijn aan dezelfde sociale druk, onafhankelijk van de klasse waartoe ze behoren.

Maar klasseposities interfereren op de volgende wijze met deze druk. Moeders uit de arbeidersklasse hebben minder kansen en mogelijkheden om er weerstand aan te bieden, vanwege de meer gedeprivilegieerde situatie waarin zij al van kinds af aan moeten leven. Bourdieu's al herhaaldelijk genoemde begrip habitus maakt een helder inzicht mogelijk in de wijze waarop deze levenssituaties, gewoonlijk sociaal-economische omstandigheden genoemd, invloed uitoefenen op levensstijlen. Habitus heeft om zo te zeggen betrekking op de 'outfit' die mensen vanuit hun sociale achtergrond meekrijgen om (aspecten van) materiële en immateriële cultuur 'uit te voeren', waar te nemen en te waarderen. In dit geval heeft cultuur betrekking op voedsel en lichaamsvoorstellingen. De habitus beïnvloedt tegelijkertijd de evaluatie en classificatie van de praktijken en waarderingen van andere mensen in andere maatschappelijke functies. Beide functies van de habitus resulteren in een hiërarchie van smaken en levensstijlen. Deze zijn het bezit van mensen die met elkaar een bijbehorende stratificatie van klasseposities vormen. Met andere woorden, moeders met een laag opleidingsniveau, een laag beroepsprestige (van hun echtgenoten of van henzelf), en een laag inkomen zijn er niet voor 'uitgerust' om het belang van een gedistingeerde 'gezonde smaak' te appreciëren. Hun positie binnen het buiten het gezin is daarvoor te afhankelijk en daarom geven zij toe aan de drang

van hetgeen man, kinderen en, niet in de laatste plaats, zijzelf heel graag lusten. Dit draagt bij tot het dikwijls waargenomen hedonistische karakter van de cultuur van de arbeidersklassen.

Maar smaak is zoals vermeld geen statisch verschijnsel en het bezwijken voor interne en externe pressies inzake de eetlust evenmin. De hierboven gemelde verschillen in regimes tussen moeders die verschillende sociale lagen representeren, vormen een aspect van de opvoedingspraktijken die meer in het algemeen kenmerkend zijn voor hun levensstijlen. Deze verschillen in het disciplineren van kinderen hebben te maken met, het zij nogmaals herhaald, hun relatieve posities van afhankelijkheid en onafhankelijkheid in de ruimere samenleving. De nadruk op striktheid en discipline is een kenmerk dat typerend is voor de middenklasse en heeft een lange geschiedenis. Dit behoort tot het veel meer omvattende civilisatieproces waardoor volgens Elias mechanismen voor de beheersing van gedrag veranderden en zich eeuwenlang ontwikkelden in een bepaalde richting. Deze algemene evolutie van een meer externe naar een meer geïnternaliseerde vorm van zelfbeheersing vindt plaats met ongelijke snelheid voor de verschillende sociale lagen. De 'civilisering van de eetlust' is een aspect van dit proces. Het heeft betrekking op de groei van een meer strikte en stabiele vorm van disciplineren van impulsen op het terrein van voedsel en eten en op een uitwisseling van kwantiteit voor kwaliteit.

De nadruk op kwaliteit en verfijning, zij het van meer gastronomische aard of met het oog op de gezondheid, is alleen mogelijk in levensomstandigheden, die een zekere afstand tot de materiële noodzaak toelaten. Onze samenleving is pas kort geleden veranderd in een luilekkerland waar het goede leven van fijne hapjes en lekkernijen voor iedereen beschikbaar is. Gezinnen uit de arbeidersklasse leerden kortelings deel te hebben aan de welvaart; nu is het de tijd om van voedsel te genieten en de bevrediging van de eetlust niet uit te stellen in de verwachting van een gezond lichaam in de toekomst. Het is aannemelijk, dat de tijd om zelfbeheersing te leren nog niet lang genoeg is geweest maar dat ze dat op den duur, mits de sociaal-economische voorwaarden daarvoor aanwezig blijven, zeker zullen doen. In dit proces zullen sociale dwangen een belangrijke rol spelen.

Noten

* Met dank aan J. Goudsblom, B. van Heerikhuizen en N. Wilterdink voor hun suggesties en kritisch commentaar bij een eerdere versie van dit artikel.

- 1 Zie bijvoorbeeld: J.O. de Boer e.a. (1987).
- 2 J.A.M. Baecke e.a. (1983).
- 3 Ontleend aan S. Mennell (1985), hfdst. 2 'The civilising of appetite', pp. 20-40
- 4 P. Bourdieu (1979); zie voor hetzelfde thema ook De Swaan (1985).
- 5 Het onderzoek is uitgevoerd door Anneke van Otterloo en Juul van Ogtrop, vakgroep Sociologie en Geschiedenis, Universiteit van Amsterdam, als onderdeel van een door WVC gefinancierde studie getiteld: *Het regime van veel, vet en zoet* (1988).
- 6 Bourdieu (1979), hfdst. 3 'L'habitus et l'espace des styles de vie', pp. 189-249
- 7 Er is onder meer gebruik gemaakt van de beroepsprestigeschaal van Sixma en Ultee (1983); voor een uitgebreide verantwoording van de samenstelling van de onderzoeksgroep raadplege men; *Het regime van veel, vet en zoet* (bijlage 3).
- 8 Voor problemen rond de betekenis van hoog en laag in de sociologie, zie Goudsblom (1986).
- 9 Bourdieu (1979), hfdst. 3, hfdst. 5 'Le sens de la distinction', pp. 301-365 en hfdst. 7 'Le choix du nécessaire', pp. 433-463.
- 10 De Engelse voorliefde voor zoet wordt uitermate boeiend beschreven en verklaard door Mintz (1985).
- 11 Pill (1983); 'fatalisme' komt in de buurt van wat Goudsblom (1987, p. 210) een 'gokhouding' ten aanzien van gezondheid noemt.
- 12 Zie Turner (1984), hfdst. 7 'The disciplines', pp. 157-176 en Turner (1982).
- 13 idem.

Literatuur

- Baecke, J.A.M. e.a., 'Obesity in young Dutch adults: I Sociodemographic variables and bodymass-index', *International Journal of Obesity*, 7 (1983), pp. 1-12
- Baecke, J.A.M. e.a., 'Obesity in young Dutch adults: II Daily life-style and bodymass-index', *International Journal of Obesity*, 7 (1983), pp. 13-24
- Boer, J.O. de, P. Deurenberg e.a., *Voeding en overgewicht*. Alphen a.d. Rijn/Brussel: Samsom Stafleu, 1987
- Bourdieu, P., *La distinction. Critique sociale du jugement*. Paris: Les Editions de Minuit, 1979. Eng. vert.: *Distinction. A social critique of the judgement of taste*. London/New York: Routledge and Kegan Paul, 1986

- Braudel, F., *Civilisation and capitalism 15th-18th Century. Vol. I The structures of everyday life. The limits of the possible*. London: Butler & Tanner, 1981. Vert. van: *Les structures du quotidien. Le possible et l'impossible*
- Brinkgreve, C., J.H. Onland, A. de Swaan, *De opkomst van het psychotherapeutisch bedrijf. dl. 1*. Utrecht: Het Spectrum, 1979
- Elias, N., *Het civilisatieproces. Sociogenetische en psychogenetische onderzoeken. dl. 1 en 2*. Utrecht: Het Spectrum, 1982 (1939)
- Goudsblom, J., 'On high and low in society and in sociology. A semantic approach to social stratification', *Sociologisch Tijdschrift*, 13, no. 1 (1986), pp. 3-17
- Goudsblom, J., *De sociologie van Norbert Elias. Weerklank en kritiek*. Amsterdam: Meulenhoff, 1987
- Mennell, S., *All manners of food. Eating and taste in England and France from the Middle Ages to the Present*. Oxford: Basil Blackwell, 1985
- Mintz, S.W., *Sweetness and Power. The place of sugar in modern history*. New York: Penguin Books, 1985
- Mulder, G.J., *De Voeding in Nederland in verband tot den Volksgeest*. Rotterdam, 1847
- Pill, R., 'An apple a day. Some reflections on working class mothers' views on food and health'. In: Murcott, A. (ed.), *The sociology of food and eating*. Gower/Aldershot, 1983, pp. 117-128
- Het regime van veel, vet en zoet. Een studie naar opvattingen en praktijken rond de voeding onder moeders met hogere en lagere sociaal-economische status*, door Anneke van Otterloo & Juul van Ogtrop, Amsterdam: Universiteit van Amsterdam, Vakgroep Sociologie en Geschiedenis, 1988
- Sixma, H. & W. Ultee, 'Een beroepsprestigeschaal voor Nederland in de jaren tachtig', *Mens en Maatschappij*, 58, no. 4 (1983), pp. 360-382
- Swaan, A. de, *Kwaliteit is klasse. De sociale wording en werking van het cultureel smaakverschil*. Amsterdam: Bert Bakker, 1985
- Turner, B.S., 'The government of the body. Medical regimes and the rationalisation of diet', *The British Journal of Sociology*, 33, no. 2 (1982), pp. 254-269
- Turner, B.S., *The body and society. Explorations in social theory*. Oxford: Basil Blackwell, 1984