



JÄRJESTÖT NUORTEN RUOKAYMPÄRISTÖINÄ – JÄRJESTÖJEN MAHDOLLISUUDET EDISTÄÄ NUORTEN RUOKATOTTUMUKSIA

*Eila Kauppinen, KM, tohtoriopiskelija
eila.kauppinen@helsinki.fi*

Tässä tutkimuksessa syvennyttään nuorten elintapoihin ja ruokatottumuksiin nuorten toiminnan ja harrastusten tarjoaman ruokaympäristön näkökulmista. Nuorten toimintaan vaikuttavat monet tekijät ja tarkastelemalla näitä tekijöitä pyritään syventämään näemyksiä siitä, miten järjestöt voivat harrastusten kautta vaikuttaa nuorten ruokatottumuksiin. Tutkimuksessa keskitytään siis järjestöihin, jotka tarjoavat harrastusmahdollisuuksia yläkouluikäisille nuorille (esim. Suomen Partiolaiset, 4H ja erilaiset liikuntajärjestöt).

Tutkimuksen tavoitteena on selvittää nuorten käsityksiä terveellisestä syömisestä ja harrastusten roolista omien ruokatottumusten taustalla. Tutkimuksessa kartoitetaan yläkouluikäisten nuorten ajatuksia siitä, millaista on terveellinen ruoka ja kuinka terveellisesti he itse kokevat syövänsä. Terveellisyys on suhteellista ja sitä perustellaan monin eri tavoin. Moni ihminen kertoo ja jopa uskoo syövänsä terveellisemmin kuin todellisuudessa syökään. Ihmisten käsitykset siitä, mikä on terveellistä, perustuvat usein uskomuksiin ja ihan-teisiin. Tässä tutkimuksessa terveellisen syömisestä ja harrastuksista ruokatottumusten taustavaikuttajina tarkastellaan kriittisesti sekä määrällisen että laadullisen aineiston kautta ja näin rakennetaan kuvaa siitä, millaiseen ajattelumaailmaan nuorten käsitykset pohjautuvat. Pohdittavana on myös, onko vahvalla ruokakulttuurilla merkitystä nuorten identiteetin rakentamisessa ja kannustaako ruokakulttuurimme nuoria tekemään niin sanottuja terveellisiä valintoja.

Järjestöt tarjoavat nuorille ruokaympäristöjä harrastusten välityksellä. Ruokaympäristö on käsitteenä uusi ja tutkimuksen tavoitteena on määrittää sitä, mitä ruokaympäristöllä tarkoitetaan ja miten eri ruokaympäristöt muotoutuvat. Tutkimuksessa tarkastellaan aineistolähtöisesti ruokaympäristökäsitettä ja erityisesti sitä, millaisina ruokaympäristöinä harrastukset näyttäytyvät. Tutkimuksen taustalla on vahva halu ymmärtää, millaista terveyteen ja ravitsemukseen liittyvää tietoa ruokaympäristössä pitäisi olla ja liikkua, ja millainen merkitys tiedolla on nuorten ruokatottumuksiin. Samalla pohdittavaksi tulee, mikä on ravitsemustiedon rooli, kun järjestöt toimivat ruokaympäristönä nuorille, ja mitkä asiat määrittävät syömistä tällaisessa ruokaympäristössä. Tarkasteltaessa vertaisryhmissä tapahtuvaa ruoanvalintaa ja tottumusten muodostumista voidaan löytää uusia näkökulmia myös peruskoulun kotitalousopetuksen ajantasaistamiseen siten, että se vastaa entistä paremmin nykynuorten maailmaa ja siitä nousevia opetuksen kehittämishaasteita.

Asiasanat: järjestötoiminta, terveellisyyskäsitteet, ruokaympäristö