

# Vardag, värdighet och det lilla extra i en utsatt situation

## Om Stadsmissionens Matkasseverksamhet

Av docent Alain Topor, Stockholms universitet



Sveriges  
**Stadsmissioner**

Foto: Apelöga

# FÖRORD

I entrén till en av landets stadsmissioner hänger ett svartvitt fotografi från 50-talet. En kö av människor ringlar sig runt ett gathörn för att komma in genom porten över vilken skylten "Stadsmissionens matsalar" hänger. Under ganska många år var behovet av enkel, billig och ofta gratis mat rätt liten hos stadsmissionerna. Folkhemmet byggdes och fattigdomen trängdes undan. Inte helt men nästan. Men sen hände något och de senaste 20 åren har en förändring skett. Valfärdssamhället räcker inte längre till. Den offentliga sektorn klarar uppenbarligen inte, på egen hand, valfärdsuppdragets alla delar. Det tillkommer nya grupper i behov av stöd och det finns människor som inte får plats i de strukturer som den offentliga sektorn organiserat.

När valfärdsstaten inte längre kan ta hand om alla sina medborgare – möter vi – som Stadsmission – de som på olika sätt faller igenom. Sedan millennieskiftet har det startats fem nya stadsmissioner runt om i landet (Uppsala, Västerås, Eskilstuna, Örebro och Umeå). Behoven av insatser från organisationer som stadsmissionen ökar.

## DE FATTIGA

Offentlig statistik från SCB ger vid handen att ca 400 000 människor i Sverige lever på gränsen eller under den inom EU definierade fattigdomsgränsen. Sveriges stadsmissioner menar att siffran från SCB är alldeles för låg. Enbart pensionärsorganisationerna i Sverige räknar med 325 000 så kallade fattigpensionärer och Rädda Barnen i sin tur räknar med runt 180 000 barn som växer upp familjer som lever på eller under fattigdomsgränsen. Det finns all anledning att misstänka ett stort mörkertal i SCB:s mätning.

I stadsmissionernas öppna verksamheter är alltid de akuta behoven i centrum. Mat. En säng. Ett par skor. Ett samtal. Men lika viktigt är att erbjudandet, när magen inte längre är hungrig, finns där om mer långsiktig hjälp till förändring. I våra gemensamma grundvärderingar uttrycks det som ...”att möta medmänniskan utifrån hennes förutsättningar och gemensamt forma en väg för förändring”.

Begreppet empowerment är väsentligt i allt vårt arbete. Stadsmissionerna vill medverka till att människor återfår känslan av att vara subjekt i sina liv, rättvisa. Kraften och möjligheten. Vi bedriver professionella verksamheter med professionella medarbetare. Vårt arbete ska inte leda människor in i en ökad utsatthet och beroende utan möjliggöra ett fullvärdigt och självständigt liv. På den enskilda människans villkor.

År 2011 inleddes ett samarbete mellan Sveriges stadsmissioner och professor Magnus Karlsson på Ersta Sköndal Bräcke Högskola och Linnéuniversitet, med en kartläggning av den del av stadsmissionernas verksamheter och insatser som riktar sig till särskilt ekonomiskt utsatta grupper. Människor i fattigdom. Sedan 2014 pågår mätning av antalet insatser för de olika målgrupperna inom stadsmissionernas verksamheter. Mätningen sker tre gånger per år, inom samtliga stadsmissioner och sammanfattas årligen i en rapport. Första gången Stadsmissionernas fattigdomsrapport publicerades var hösten 2015 och vi har sedan dess konstaterat att den svenska fattigdomen har många ansikten. Detta visade sig bland annat i 2019 års fattigdomsrapport där Sveriges stadsmissioner uppmärksammade den matfattigdom som man möter i sina verksamheter.

Food poverty är ett etablerat begrepp i många andra länder, även ute i Europa. Men i Sverige är det nytt. I Sverige vill vi gärna tro att fattigdom inte existerar och alla har mat i kylskåpen, men så är det inte. Stadsmissionerna möter i sitt dagliga arbete i stor utsträckning människor som lever i just matfattigdom och i därmed ständig osäkerhet kring tillgången på mat. Matfattigdom handlar om att människor inte har råd att handla mat, de prioriterar bort mat, de köper systematiskt näringsfattig mat och de saknar sociala sammanhang för ätande. Hur kan detta förekomma i en av världens främsta välfärdsstater?

På senare år har frågan fått ökad aktualitet i många välfärdsländer i efterdyningarna av den ekonomiska krisen 2008. Osäkerheten kring tillgången på mat, mätt i hur hushållen hade råd att hålla sig till rådande rekommendationer på området, ökade i Europa mellan åren 2008 till 2012 och ses nu som ett akut hälsoproblem, med betydelse för psykisk ohälsa, förmågan att hantera kronisk sjukdom och spädbarnsdödlighet. Den svenska situationen kring matfattigdom är alltså inte unik. Men att den drabbar ett land med så höga välfärdsambitioner som Sverige är anmärkningsvärt.

## DE HUNGRIGA

Forskningen visar att antalet insatser avseende mat – måltid, matkassar, subventionerad mat – är en omfattande del av Stadsmissionens stöd till människor i ekonomisk utsatthet. Tillsammans delar man ut 1 200 matkassar varje vecka samt serverar 2 500 måltider dagligen. I dagsläget driver stadsmissionerna tre större matbanker i Stockholm, Göteborg och Malmö med torrvarulager och kyl- och frysrum. Dessa hanterar främst överskottslivsmedel från centrallager, grossist och produktionsledet. Fem stadsmissioner driver mindre matbanker med torrvarulager med kylskåp och frysskåp. Dessa tar främst emot överskottslivsmedel från butiksledet. Tillsammans hanterar Stadsmissionen 1 800 ton överskottslivsmedel årligen.

Att stadsmissionerna delar ut mat är i sig inte nytt – snarare är det en av de traditionella verksamheterna. Men att stadsmissionernas arbete i fråga om mat nu når en större omfattning i en sedan länge etablerad välfärdsstat väcker naturligtvis frågor, inte minst kring samhällets mest utsatta grupper. Studien av Stadsmissionernas verksamhet visar att det inte är papperslösa eller EU medborgare som utgör den stora gruppen av människor i Matfattigdom. Drygt två tredjedelar av mottagarna utgörs av människor med långvarigt försörjningsstöd och människor som hamnat mellan stolarna i de svenska välfärdsystemen. Detta är människor med svenskt personnummer och medborgerliga rättigheter i Sverige.

Sveriges stadsmissioner har under 3 år drivit ett specialprojekt "Minskat matsvinn och minskad fattigdom i en cirkulär ekonomi", finansierat genom medel från Svenska Postkodlotteriet. Projektet syftar till att etablera en sambandscentral som kan koppla funktionellt livsmedelssvinn inom livsmedelsindustrin med behoven hos lokala stadsmissioner som möter människor i ekonomisk och social utsatthet.

Inom ramen för det större projektet om Matsvinn har en särskild studie och utvärdering gjorts av docent Alain Topor vid Stockholms universitet bland mottagare av Stadsmissionens "matkasse" i Uppsala och Eskilstuna. Det övergripande temat för studiens resultat är: *Matkassen som ett bidrag till ett normaliserat liv och självbild. Vardag, värdighet och det lilla extra.*

Det material som presenteras i denna rapport har samlats in dels via en enkät riktad till samtliga personer som hämtade matkassar under en två veckors period under maj 2020, dels via en intervjustudie med 17 mottagare, och dels via fokusgruppintervjuer med personal och volontärer som arbetar med matkasseutdelningen i Eskilstuna och Uppsala Stadsmission, båda under våren 2020.

Studiens resultat är överväldigande positiva, vad gäller Matkassens existens och dess betydelse för de berörda. "Fattigdom är förenat med stress, oro, osäkerhet. Det som anses som självklart av "normalbefolkningen" är inte det. Matkassen verkar kunna erbjuda en viss stabilitet och därmed fungera som en bra "behandling" mot den oro och stress samt den känsla av otillräcklighet som hade upplevts av många som intervjuades."

Att studiens resultat är positivt är givetvis glädjande men resultaten kring vad våra besökare är nöjda och missnöjda med samt hur hjälpen påverkat deras levnadsvillkor ger oss en ovärderlig insikt i vad vi kan och bör göra för att fortsätta att utveckla vår verksamhet.

## I VÄLFÄRDENS SVERIGE

Rapporten talar givetvis för sig själv men vissa stycken är väl värda att lyfta fram bland annat därför att de så väl bekräftar vad vi möter i vårt dagliga arbete och som uppmärksammats i tidigare fattigdomsrapporter. Visst är det så här, kan vi konstatera tillsammans med Topor. Frågan är hur det kunde bli så här?

Hur kan någon i välfärdssverige hamna i en situation där hen ansöker om att få hämta en kasse med mat en gång i veckan hos Stadsmissionen? frågar sig Topor. Svaret han ger är att det på en individuell nivå tycks två vägar finnas som leder till att en person hamnar i en situation där hen ansöker om att få vara med i Matkasseverksamheten. Den ena vägen till fattigdom är när den framställs som uttryck för ett socialt arv. Man blir inte fattig för det har man alltid varit. Den andra vägen handlar om "tillfälligheternas spel". När det som inte kunde tänkas hända ändå händer. Någonting oförutsett som innebär ett brott i livshistorien. För många handlar det om en sjukdom eller en skada som hindrar en att vara på arbetsmarknaden. För andra handlar det om flykt undan krig, förföljelser och misär. Eller från våld i nära relationer. Till detta lägger även Topor "Den gränssättande kroppen". En återkommande aspekt bakom personernas fattigdom och varaktighet är den fysiska hälsan. Även om flera också nämner psykiska problem, så är det deras värkande kroppar och problematiska relation till den somatiska vården som dominerar i berättelserna.

Topor noterar att "i besökarnas berättelser framstår fattigdomen främst i termer om att "inte kunna" och att "avstå". Att inte kunna köpa skor när de gamla, de enda man har, har gått sönder.

"Att inte kunna" och "att avstå" är konkreta uttryck för den vardagliga verkligheten bakom ord som fattigdom, marginalisering och exkludering. Att avstå från det som de flesta människor i Sverige knappt reflekterar över att de förfogar över." Dessa två uttryck är centrala vad det gäller att beskriva den fattigdom som många av våra medborgare lever i och med. Alla har vi mött föräldrar som beskrivit att "den yttersta gränsen för de som bor med sina barn är just barnens situation. När "att inte kunna" och "att avstå" drabbar dem "för mycket".

Avslutningsvis kan vi bara instämma i Topors ord. *"I en samhällsutveckling där kraven för medverkan på arbetsmarknaden ökar och välfärdsstatens sociala trygghetsnät urholkas kommer behovet av insatser som Matkasseverksamheten utgör att öka. Därför är det fortsatt viktigt med det informations- och opinionsbildningsarbete som Stadsmissionen arbetar med både på lokal och nationell nivå. Ett arbete vars yttersta syfte är att avskaffa behovet av matkasseverksamheterna."*

Tomas Lindroos,  
Ordförande Riksföreningen Sveriges Stadsmissioner (2020-21)



# Vardag, värdighet och det lilla extra i en utsatt situation

## – Om Stadsmissionens Matkasseverksamhet

### Tack

Skrivandet är ofta en kollektiv process som döljs bakom en författares namn. Även om jag är ansvarig för följande sidor, så hade de aldrig blivit till utan många människors bidrag och insatser.

Viktigaste är naturligtvis deltagarna i Matkasseverksamheterna i Eskilstuna och Uppsala Stadsmission som ställt upp och delat av sina erfarenheter. De har anonymiserats i rapporten, men för mig förblir de konkreta personer.

Andra vars namn saknas och erfarenheter anonymiserats är de som jag har mött i verksamheterna i Eskilstuna och Uppsala. Anställda och frivilliga krafter som ser till att Matkasseverksamheten existerar i vardagen och som tog emot mig med värme även om jag skulle undersöka deras arbete. Tack vare dem och deras förmåga att improvisera kunde vi klara oss genom de hinder som uppstod då Sverige drabbades av pandemin under våren 2020.

Andra vars namn kan nämnas och som varit viktiga för denna rapport är:  
Anne Lunde Dinesen, som varit min främsta kontakt med Sveriges Stadsmissioner centralt och vakat över denna uppföljnings väl och ve.

Seniorprofessor Lars Oscarsson vid Ersta Sköndal Bräcke Högskola, som ställt upp som introducerat mig till Stadsmissionens verksamhet och som vetenskapligt bollplank.  
Janne Lindo, som i samtal och kritisk läsning bidragit till att förtydliga texten.  
Utan er skulle inte denna rapport föreligga.

*Alain Topor*

# Innehåll

<b>En ram .....</b>	<b>8</b>
Växande klyftor .....	8
Matfattigdom .....	9
Matkassar .....	10
<b>Metod .....</b>	<b>11</b>
Intervjustudien .....	11
Matfattigdomens olika ansikten .....	11
Fokusgruppssamtalen .....	12
Enkätstudien .....	12
Eftertankar om metod .....	12
Två städer – två modeller .....	13
<b>RESULTAT.....</b>	<b>14</b>
Enkätstudien – En entydig bild .....	14
Intervjustudien – Deltagarnas erfarenhetskunskap .....	17
<b>Fattigdomens orsaker .....</b>	<b>18</b>
Välfärden – det frånvarande perspektivet .....	18
Att bli fattig: Mellan det sociala arvet och tillfälligheternas spel .....	18
Ett socialt arv .....	18
Tillfälligheternas spel .....	19
Den gränssättande kroppen .....	20
<b>Norm och skam .....</b>	<b>21</b>
Skammen att inte klara sig själv .....	21
Bortom skammen .....	22
Att ansöka .....	22
<b>Fattigdom som att inte kunna och att avstå .....</b>	<b>24</b>
Sociala relationer som upphör .....	24
Fattigdom och föräldraskapet .....	25
<b>Ett liv som andra – matkassen och normalisering .....</b>	<b>26</b>
Matkassen som ekonomiskt utrymme .....	26
Matkassen mot psykisk ohälsa .....	26
Ett normaliserat föräldraskap och en normaliserad barndom .....	27
<b>En bevarad värdighet – självbilden .....</b>	<b>29</b>
Normaliseringens individualitet .....	29

<b>Lust som en del av normalisering .....</b>	<b>30</b>
Barnens lekfullhet .....	30
Den vuxnes guldkanter .....	31
<b>Livskvalitet .....</b>	<b>32</b>
Matkassen som mat .....	32
Djur – ett annat sällskap .....	33
Ett stöd till återhämtning .....	34
<b>Framtidstro .....</b>	<b>35</b>
Att känna sig behövd .....	35
Matkassen som källa till hopp .....	35
Ett hot mot självbilden .....	36
<b>Framtiden: mer av detsamma eller någonting helt annat .....</b>	<b>37</b>
En annan framtid .....	37
Den frånvarande framtiden .....	38
<b>Personalens erfarenhetsbaserade kunskap .....</b>	<b>40</b>
Fråga 1: Ska man ha matkasseutdelning i en välfärdsstat? .....	40
Vi gör dem en tjänst och problemen osynliggörs .....	40
Åtstramning .....	41
Fråga 2. Vad är följderna för de som tar emot matkassen? .....	42
Minskad stress och bättre självkänsla .....	42
Guldkant .....	42
Bättre kvalitet .....	43
Fråga 3. Hur tar ni emot nya Matkassemottagare? .....	43
Fråga 4. Kopplingen till Stadsmissionens Värdegrund .....	45
(O)beroende? .....	45
<b>Diskussion .....</b>	<b>47</b>
Matkassen och självbild .....	48
(O)beroende? .....	50
Slutsatser inför framtiden .....	52
<b>Referenser .....</b>	<b>53-55</b>

## En ram

I denna inledande del redogörs för Matkasseverksamhetens sammanhang. Det handlar om det svenska välfärdsprojektet under 2000-talets första decennier och om begreppet Matfattigdom. Det handlar om den plats som utdelningen av matkassar intar i Sveriges Stadsmissioners verksamhet.

Det handlar också om hur denna studie har lagts upp, vilka metoder som använts och med vilka syften. Här presenteras kort de två verksamheter som undersökts och vilka personer som medverkat i undersökningens centrala del; en intervjustudie med deltagare i matkasseverksamheten.

Det övergripande temat för studiens resultat är: *Matkassen som ett bidrag till ett normaliserat liv och självbild. Vardag, värdighet och det lilla extra*. Resultatredovisningen utgår från intervjurens teman (1) Att inte klara sig själv – norm och skam; (2) Ett liv som alla andra – matkassen som normalisering; (3) En bevarad värdighet - individen bortom fattigdomen; (4) Den problematiska framtiden. Den oerhört stora tacksamheten som mottagare av matkassen förmedlar utgör ingen grund för problematisering och denna studie går därför inte djupare in i denna.

I den avslutande diskussionen problematiseras särskilt bidragets betydelse i förhållande till att understödja människor att ta sig ur den utsatta situationen respektive att bidra till att upprätthålla en utsatt situation.

## Växande klyftor

”Vi ser idag en ny slags utsatthet som inte har funnits i Sverige sedan många decennier”, skriver Sveriges Stadsmissioner i sin Fattighetsrapport 2018.

Myndigheter och forskare har konstaterat vidgade klyftor i olika länder mellan de rikaste och de fattigaste. Långtidsutredningen (SOU 2019, 9) skriver: ”Sverige har under lång tid haft internationellt sett små inkomstskillnader, men dessa har ökat sedan början på 1980-talet. Ökningen i Sverige har varit förhållande stor och Sverige har närmast sig nivån i andra europeiska länder.” (se även Wilkinson & Pickett, 2010; 2018).

Sveriges Stadsmissioner (2018) skriver om en problematik som ”handlar om att det ekonomiska bistånd som idag erbjuds, inte räcker att överleva på för de människor som fastnar i bidragsberoende.”

Försörjningsstödet, som skulle vara en tillfällig insats, har förändrat karaktär sedan socialtjänstlagen antogs av Sveriges riksdag 1982. Dels kan det i praktiken ofta inte betraktas som en tillfällig insats. Många är idag långtidsberoende av denna form av ekonomiskt bistånd. Dels har det urholkats på ett kännbart sätt. De som beviljas försörjningsstöd idag får mindre pengar än tidigare:

Under 1985 uppgick normen för en ensamstående med två barn, ett och fyra år, till 4 270 kronor i månaden. 2014 var motsvarande belopp 8 220 kronor (4 029 kronor i 1985 års penningvärde). Om normen hade följt de disponibla inkomsternas utveckling hade summan för 2014 istället varit 15 150 kronor (Bergmark, 2018, 25).



Bergmark redovisar även forskning som tyder på en "minskad generositet" (28) hos handläggarna från mitten på 1990-talet. Han skriver att:

**"... det både blivit svårare att erhålla ekonomiskt bistånd och att omfattning av det stöd som beviljas ligger på betydligt lägre nivåer än tidigare." (29)**

Andra åtgärder och ersättningar inom det sociala trygghetssystemet (sjukpenning, ersättning vid arbetslöshet, olika pensioner och andra former av ekonomisk ersättning) har också stramats åt.

Kopplingen mellan (o)hälsa och fattigdom, även s.k. "relativ fattigdom", är väletablerad. Folkhälsomyndigheten (2019) sammanfattar en kunskapsgenomgång med:

**"Skillnader i resurser leder till skillnader i risker, skillnader i sårbarhet och skillnader i sociala och ekonomiska konsekvenser av ohälsa mellan olika sociala grupper." (20)**

Fattigdom leder till högre förekomst av psykisk ohälsa, och ökad fattigdom till ökad ohälsa. Familjens ekonomiska problem drabbar främst barnens och kvinnornas psykiska hälsa.

## Matfattigdom

Den "minskade generositeten" är inte utan konsekvenser för de människor som är beroende av offentliga stödformer. För många handlar det om att jaga billiga "rödmärkta" varor, men också om att avstå. Man avstår från att köpa kläder och från att delta i olika kulturella aktiviteter. Man undviker sociala sammanhang och man minskar sitt sociala umgänge. Man avstår från nödvändiga sjukvårdsinsatser och även från att hämta ut ordinerad medicin (Topor, 2016).

Ett nytt begrepp i en svensk kontext har myntats för att belysa ett av uttrycken för denna nya form av fattigdom i välfärdsstaten; matfattigdom (Karlsson, 2019; Sveriges Stadsmissioner, 2019). En fattigdom vars uttryck är att människor inte har råd att handla mat, att de tvingas prioritera bort matinköpen, att de köper näringsfattig mat eller saknar sociala sammanhang för att äta.

Matfattigdom drabbar olika grupper; människor med långvarigt försörjningsstöd, människor som hamnat mellan olika stolar i välfärds Sverige, barnfamiljer och pensionärer som inte får medlen att räcka månaden ut, utsatta EU medborgare samt "papperslösa".

Idag utgör maten den absolut mest omfattande hjälpinsatsen som Stadsmissionen erbjuder. Den sker i form av matkassar, subventionerad mat och presentkort till matbutiker. I en undersökning som omfattade åtta månader mellan december 2015 och mars 2018, dokumenterade de lokala stadsmissionerna fyra typer av insatser för de människor man mötte som sökte hjälp pga. ekonomiska svårigheter (Karlsson, 2019). Mat var den absolut största insatsen med 160 000 insatser, cirka 25 000 insatser handlade om materiellt stöd, 7 000 insatser om ekonomiskt stöd och i 9 000 fall handlade den om stöd i myndighetskontakter till följd av fattigdom.

## Matkassar

Verksamheten som delar ut matkassar varierar i omfattning mellan de olika stadsmissionerna i Sverige. Och olika modeller har utvecklats i samband med matkasseutdelningen. Verksamheten går generellt ut på att stadsmissionerna utvecklar ett samarbete med lokala handlare och tar hand om deras överskottslivsmedel: om varor med kort datum, eller som av någon annan orsak inte kan säljas, som exempelvis produkter med trasig förpackning eller kaffe med vacuumsläpp. När sådana kontakter väl etablerats organiserar Stadsmissionen hämtning och förvaring av de olika produkterna, som sedan packas i individuella kassar och delas ut.

Den andra aspekten av verksamheten handlar om att hantera människors behov av hjälp. De måste ansöka och visa att de lever upp till kraven för att delta i matkasseverksamheten; vanligtvis att de lever på eller under försörjningsnormen. I samband med att ansökan blir beviljad diskuteras den sökandes behov och preferenser, så att kassarnas innehåll kan anpassas till respektive persons behov. Tidvis, när ansökningarna överstiger verksamhetens kapacitet att organisera utdelningen, kan det uppstå ett stopp för nya deltagare. I samtal med verksamheterna omnämndes inte bristen på varor som ett hinder.

Matkasseverksamheterna finansieras via insamlade medel. Verksamheterna har pågått i flera år och i kraft av projekt finansierat av Svenska Postkodlotteriet fick Sveriges Stadsmissioner möjlighet att utveckla arbetet, däribland följa upp insatsen med fokus på dess konsekvenser för de människor som deltar i den.

---

# Metod

Det material som presenteras i denna rapport har samlats in dels via en enkät riktad till samtliga personer som hämtade matkassar under en två veckors period under maj 2020, dels via en intervjustudie med 17 mottagare, och dels via fokusgruppintervjuer med personal och volontärer som arbetar med matkasseutdelningen i Eskilstuna och Uppsala Stadsmission, båda under våren 2020.

## Intervjustudien

Intervjustudien har strukturerats enligt principer för Tematisk Analys såsom de formulerats av Braun och Clarke (2006; 2016). Det innebär att intervjuerna har haft öppna frågeställningar kring ett antal teman. Dessa teman har varit:

- Erfarenheterna av att söka hjälp för att få matkasse.
- Hur matkassen påverkat ens egen och ens familjs vardag och mående

Intervjumetoden lämnade även utrymme för att upptäcka nya teman under intervjuernas gång och att fördjupa sig i dem i senare intervjuer.

Intervjuerna genomfördes under perioden februari – maj 2020. En skriftlig information delades ut till de personer som prenumererade på en matkasse på respektive ort och de som kunde tänka sig att delta kontaktade personer på verksamheten. Dessa kontaktade forskaren som skulle genomföra intervjun. Intervjuerna skedde i samband med att personerna hämtade sina matkassar. Intervjupersonerna fick då en ny muntlig information om syftet och villkoren för intervjun (anonymisering, möjligheten att avbryta medverkan) och fick skriva under ett informerat samtycke. Intervjuerna varade mellan 20 och 50 minuter.

Hälften av intervjuerna genomfördes via direkta möten med de intervjuade på lokaler som Stadsmissionen förfogade över. På grund av Corona pandemin, genomfördes dock den andra hälften via Zoom. Pandemin är även en orsak till att endast sjutton av de tjugo planerade intervjuerna kunde genomföras. Samtliga intervjuer spelades in och skrevs ut i sin helhet. Mindre bearbetning har gjorts i överföringen från tal- till skriftspråk. Dock har inga ord lagts i munnen på de intervjuade. Fältanteckningar gjordes i samband med varje intervju för att försöka fånga tankar om specifika aspekter ur och potentiella mönster mellan varje intervju. Exempelvis uppmärksammades förekomsten och betydelsen av husdjur för en del personer som intervjuats och därför kom en specifik fråga om husdjur att ställas i senare intervjuer.

Analysarbetet inleddes parallellt med att intervjuerna genomfördes. På så sätt kunde preliminära teman bilda underlag för nya frågor. Analysarbetet fortsatte med att intervjuutskriften lästes upprepade gånger för att bekanta sig med deras innehåll och analysera teman i berättelserna. Preliminära teman skrevs upp och kopplades till specifika utdrag från olika intervjuer. Under analysarbetet kom preliminära teman att slås samman och underteman uppstod. Tematisk Analys är dock ingen kvantitativ analysmetod, så de teman som presenteras är inte nödvändigtvis enbart de som förekommit i flest intervjuer.

## Matfattigdomens olika ansikten

Sjutton personer har alltså medverkat i samtalen om sina erfarenheter. Sjutton personer med olika bakgrund men med det gemensamma att de regelbundet hämtade en matkasse från Stadsmissionen i Eskilstuna eller Uppsala.

Förutom att de hämtade matkassen, var de olika. En del var kvinnor, andra var män. Några var i 20 årsåldern och någon närmade sig 80 år. Flera hade hemmavarande barn, andra hade vuxna barn och flera hade inte några barn. De flesta levde ensamma med sina barn, några i ett parförhållande med sina barn. Ingen bodde i ett parförhållande utan barn. De flesta var födda i Sverige. Andra inte.

Bland de som var födda utomlands hade flera arbetat i Sverige, en del praktiserade på olika arbetsplatser för att komma in på den svenska arbetsmarknaden. Detta gällde även för de som var födda i Sverige. En arbetade svart, då hen saknade uppehållstillstånd. Flera var pensionerade, några studerade, flera varken studerade, arbetade eller var pensionärer.

En del berättade att de hade olika typer av psykiska funktionsvariationer. En del hade även somatiska besvär och en del av dem väntade på olika kirurgiska ingrepp. Någon hade varit välbeställd tidigare i sitt liv. De flesta hade dock levt sina liv i fattigdom. Några hade planer för ett bättre liv. Många inte. Eller på längre sikt. Flera hade kontakt med kronofogdemyndigheten. Några få hade en skuldsanering på gång.

De var olika. En sak hade de gemensamt; matfattigdomen. Var de representativa för de som hämtade matkasse på stadsmissionerna i Eskilstuna och Uppsala? För de som hämtar matkassar i Sverige? Troligtvis. Troligtvis gör deras inbördes olikheter dem representativa. Unika och representativa.

### **Fokusgruppssamtalen**

För att ta tillvara erfarenheterna från de som arbetade med att dela ut matkassarna genomfördes två fokusgruppsintervjuer med dem. Samtalen utgick från fyra frågor som hade dykt upp under arbetet med de individuella samtalen och med forskningen om verksamhetens uppkomst (se Resultat). På grund av pandemin genomfördes fokusgrupperna via Zoom. Detta förfaringssätt visade sig innebära ett problem, då deltagarna lätt kom att vända sig till skärmen/mig, snarare än till varandra, som det är tänkt med fokusgrupper. Samtalen varade 45 och 60 minuter. De spelades in och skrevs ut i sin helhet. Både upplägget av fokusgruppssamtalen och analysen av intervjuerna byggde på samma metod som för de individuella samtalen.

### **Enkätstudien**

Utöver intervjuerna genomfördes en enkätundersökning bland samtliga matkassemottagare på stadsmissionerna i Eskilstuna och Uppsala. Enkäten delades ut under två veckor i maj 2020, så att de som av någon anledning inte hämtade sin matkasse under den första veckan kunde få enkäten om och när de hämtade den veckan därpå.

Förhållandet mellan enkäten och intervjuerna är att enkätsvaren kan ge en mer översiktlig bild av olika teman som fördjupas i intervjuerna. Intervjuerna berör dock även aspekter i mottagarnas liv som inte kan återspeglas i enkäten.

Anonyma enkäter gör det omöjligt att analysera bortfallet, som dessutom i detta fall skiljer sig i omfattning mellan de två undersökta verksamheterna. Vi har därför valt att redovisa enkätsvaren översiktligt.

### **Eftertankar om metod**

Studiens resultat är överväldigande positiva, vad gäller Matkassens existens och dess betydelse för de berörda. Därför är det viktigt att fundera över dem. Är de missvisande positiva? Ja och nej.

Ja, då det nämligen är troligt att de personer som inte uppskattar verksamheten antingen lämnat den och kunde därför inte medverka i denna studie, eller så kan de ha valt att inte utvärdera verksamheten, hur stora försäkringar om anonymitet som än utlovades. Nej, då det även är troligt att människor som lever under svåra ekonomiska omständigheter, som har ansökt om hjälp och som fått den beviljad uppskattar den hjälp som de har fått, hur problematisk och begränsad den må vara.

Därför har vi inte fokuserat denna rapport på om matkasseverksamheten uppskattas av de som får hjälp, utan på vad de uppskattar och är missnöjda med samt hur hjälpen påverkat deras levnadsvillkor och livskvalitet.

### **Två städer – två modeller**

När Eskilstuna respektive Uppsala valdes som de två platserna som skulle studeras i denna uppföljning, berodde valet på att de skulle företräda två olika modeller för att organisera Matkasseverksamheten. Därför inleddes studien med ett besök på respektive plats där vi intervjuade personer med ansvar för Matkasseverksamheten.

Det skulle bli alltför långt att inom ramen för denna rapport presentera en bakgrund med respektive stads socialdemografiska förutsättningar med uppgifter om arbetslöshet, befolkningssammansättning, föreningsliv med mera. Vi fokuserar här på hur de två verksamheterna presenterade sig själva.

I Eskilstuna presenterades Matkasseverksamheten som en verksamhet som dels var kopplad till andra resurser/verksamheter inom den lokala Stadsmissionen (jullunch, koloni verksamhet mm), och dels innehöll andra inslag än själva matkasseutdelningen (uppföljningssamtal, stöd i kontakten med myndigheter mm.).

I Uppsala presenterades Matkasseverksamheten som ett självständigt inslag i Stadsmissionens verksamhet. De som deltog i denna verksamhet behövde inte delta i andra verksamheter vare sig inom Matkasseverksamhetens ram, eller i andra av Stadsmissionens övriga verksamheter.

När materialinsamlingen genomförts kontaktade vi verksamheterna med fem frågor som redovisas i Tabell 1.

**Tabell 1. Matkasseverksamheternas omfattning i Eskilstuna respektive Uppsala vid årsskiftet 2019/2020.**

	<b>Eskilstuna</b>	<b>Uppsala</b>
Tidsgräns	Högst 1 år	Ingen tidsgräns
Antal personer aktuella	67	223
Erbjuder socialt stöd	Ja. Är obligatoriskt.	Nej. Får sökas separat.
Hur många slutade under 2019	Uppgift saknas	Uppgift saknas
Hur många affärer bidrar till verksamheten	9 butiker	18 butiker samt oregelbundna donatorer.

En skillnad som framträder här är verksamheternas omfattning. Tyvärr saknades uppgifter om hur många som avslutat sin kontakt med Matkasseverksamheterna under föregående år. En sådan uppgift hade givit en annan uppfattning om verksamheternas genomströmning. Detta skulle ha återspeglat en annan skillnad mellan verksamheterna som framträder i Tabell 1; hur länge en person kan hämta en matkasse. I intervjuerna framstod en lite annorlunda bild då några av de som intervjuats i Eskilstuna hade haft kontakt med verksamheten längre än ett år. Ettårsgränsen kan återspegla en inriktning i Eskilstuna att Matkasseverksamheten skall vara en tillfällig insats, och att under den tiden skall personen få ta del av andra insatser som ska bidra till att förändra dess ekonomiska situation.

På båda orter ansåg personalen att de skulle kunna rekrytera flera butiker till verksamheten, men att de hade nått sitt tak när det gällde sin aktuella kapacitet att samla in och hantera överskottslivsmedel och behov av speciella förvaringsrutiner.

# RESULTAT

Nedan presenteras resultaten från enkätstudien, samtalen med deltagarna i Matkasseverksamheterna samt fokusgruppsamtalen med medarbetarna i verksamheterna.

## Enkätstudien - En entydig bild

Under två veckor fick alla som kom och hämtade en matkasse i Eskilstuna och Uppsala en information om uppföljningen och en enkät. Syftet med enkäten var att få kunskap om matkassens följder för deltagarna i verksamheten samt hur de uppfattade den. Fem frågor ställdes. Sex svarsalternativ erbjöds för varje fråga; "Vet ej", samt en likertskala från 1 till 5.

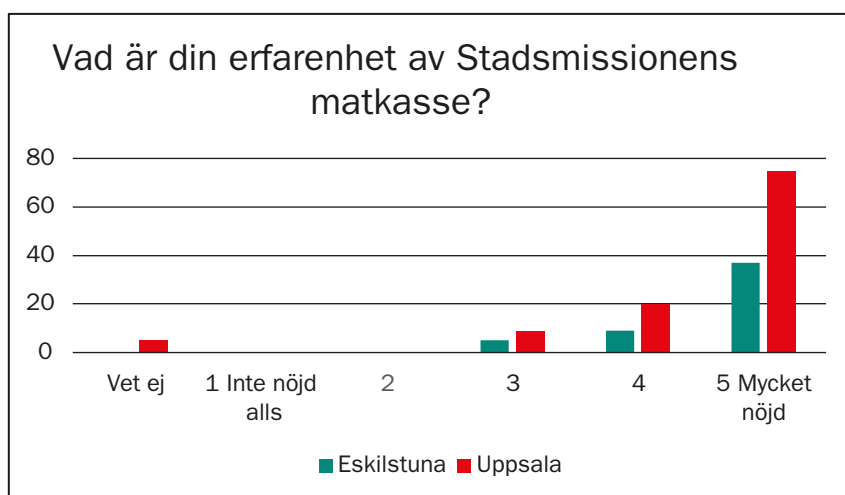
I Uppsala svarade sammanlagt 109 personer av de 275 som fick enkäten. I Eskilstuna svarade 51 av de 57 som fick enkäten. Bortfallets omfattning skildes sig mellan de två orterna. Det förhållandevis stora bortfallet när det gäller svaren från Uppsala kan förklaras av praktiska svårigheter att erbjuda ett avskilt utrymme på plats att besvara enkäten i. Det ledde till att deltagarna inte behövde svara på plats, utan fick ta hem enkäten. I Eskilstuna, som uppvisar ett mycket begränsat bortfall, avviker inte trenden i svaren från Uppsala, där bortfallet är relativt lågt. Bortfallet gör det dock svårt att jämföra båda orternas resultat. Generellt kan dock sägas att mycket få personer (mellan 0 och 2 per fråga) markerade svarsalternativen 1 och 2, som tydde på negativa följder av Matkasseverksamheten på de olika områden som undersöktes.

Genomgående och på båda orterna var deltagarna positiva till olika aspekter av Matkasseverksamheten.

### Vad är din erfarenhet av Stadsmissionens Matkasse?

**Svarsalternativet 1 stod för "Inte alls nöjd" och 5 för "Mycket nöjd".**

I Uppsala kryssade 95 av de 109 och i Eskilstuna 46 av de 51 svarande en 4 eller 5. Sammanlagt svarade alltså 141 av 160 att de var nöjda med verksamheten.

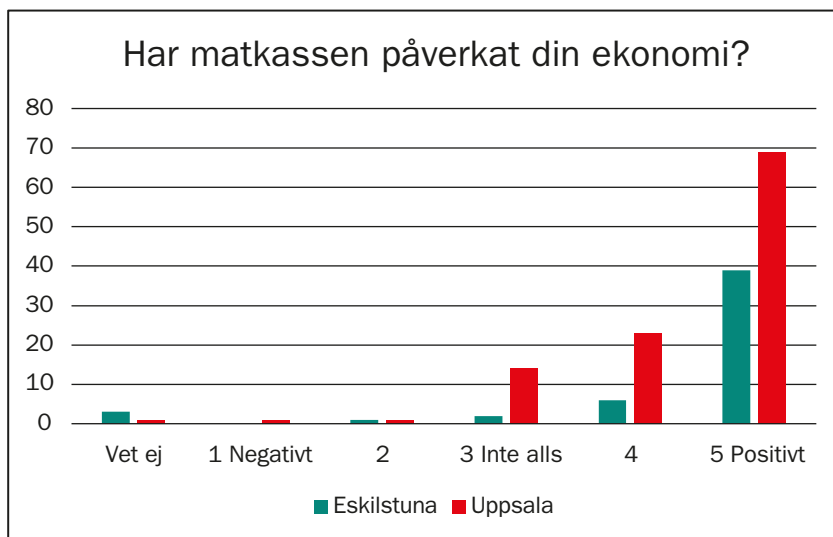




### Har Matkassen påverkat din ekonomi?

Svarsalternativet 1 stod för "Negativt", 3 för "Inte alls" och 5 för positivt.

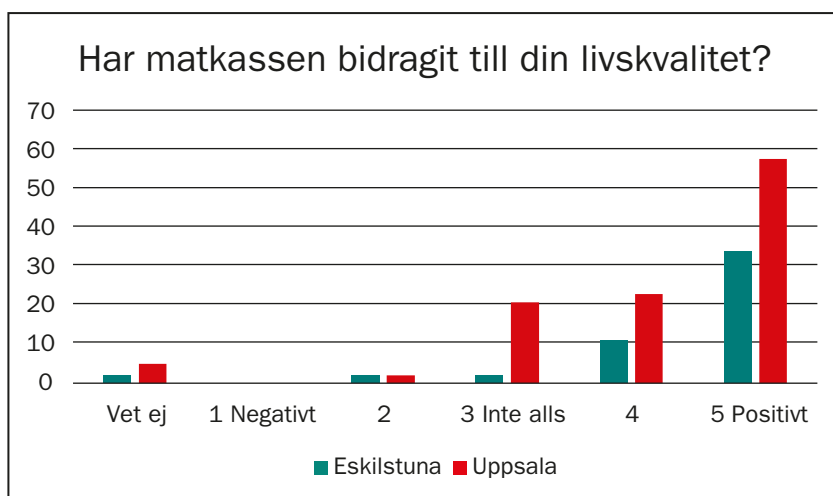
92 av de 109 svarande i Uppsala och 45 av de 51 svarande i Eskilstuna markerade för alternativen 4 och 5. Matkassen hade alltså ett positivt utfall för en betydande majoritet av de svarande. För de flesta som besvarade enkäten hade Matkasseverksamheten haft ett positivt utfall för deras ekonomi.



### Har matkassen bidragit till din livskvalitet?

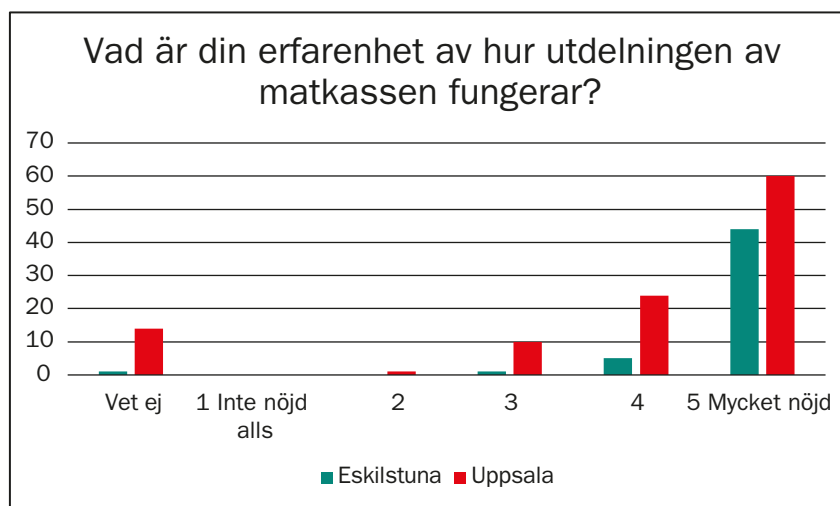
Svarsalternativ 1 stod för "Negativt", 3 för "Inte alls" och 5 för positivt.

81 av de 109 svarande i Uppsala och 45 av de 51 i Eskilstuna markerade alternativen 4 och 5. 21 av de svarande i Uppsala markerade svarsalternativet 3. Matkasseverksamheten hade i huvudsak påverkat deltagarnas livskvalitet positivt.



**Vad är din erfarenhet av hur utdelningen av Matkassen fungerar?  
Svarsalternativet 1 stod för "Inte nöjd alls", och 5 "Mycket nöjd".**

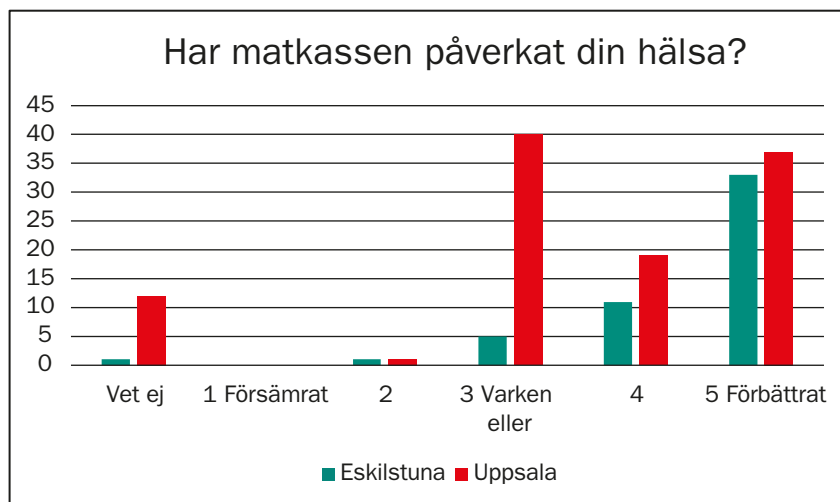
84 av de 109 svaranden i Uppsala och 49 av de i 57 i Eskilstuna markerade alternativen 4 och 5. I Uppsala svarade 14 "Vet ej". Även när det gäller hur matkasseutdelningen var organiserad dominerade de positiva svaren.



**Har Matkassen påverkat din hälsa?**

**Svarsalternativ 1 stod för "Försämrat", 3 "Varken eller" och 5 "Förbättrat".**

56 av de svarande i Uppsala markerade för alternativ 4 och 5. 40 för alternativ 3. I Eskilstuna var motsvarande siffror 44 för alternativen 4 och 5 och 5 för alternativ 3. I Uppsala markerade 12 personer för "Vet ej". När det gäller verksamhetens inverkan på deltagarnas hälsa var svaren positiva, dock i mindre utsträckning än för de andra livsområdena.



Sammantaget pekar enkätsvaren på att Matkassen spelar en positiv roll för en bred majoritet av de personer som svarat på enkäten på de fem fälten som de tillfrågats om. Det positiva utfallet bör inte vara överraskande, då personer som skulle ha negativa erfarenheter av att delta i Matkasseverksamheten torde ha lämnat verksamheten, som helt bygger på frivilligt deltagande.

Skillnaderna mellan svaren från Eskilstuna och Uppsala rör främst hälsan och livskvalitén men är svårtolkade. I intervjustudien fördjupas dock dessa frågor.

## Intervjustudien – Deltagarnas erfarenhetskunskap

När jag frågade en person om vad matkassen betytt svarade hen:

***”Det här har hjälpt mig så mycket. Det är otroligt alltså. Jag är så tacksam. Jag börjar nästan gråta. Jag går ju på försörjningsstöd och jag är sjuk. Och det här har hjälpt mig så himla mycket. Så att jag är jättetacksam för allt som jag har fått av Stadsmissionen. Och det har hjälpt mig så mycket alltså... för jag har inte haft så himla bra med det här; matbiten och så. För jag har haft skulder. Och jag vill göra rätt för mig så jag betalar av dem. Sen när jag har fått härifrån, så har det hjälpt mig jättemycket.”***

I detta svar finns flera teman som presenteras i redovisningen nedan. Fattigdomens konsekvenser. Viljan att göra rätt för sig. Tacksamheten för hjälpen. Betydelsen av hjälpen i vardagen.

Två undantag från en vanlig redovisning av teman som analyserats ur intervjuerna görs. För det första fokuseras inte resultatet på det vanligaste tema i intervjuerna. Det som dominerade det inledande intervjuutdraget; den stora tacksamheten som samtliga intervjupersonerna uttryckte för att vara med i matkasseverksamheten. Den är ganska självklar och analyseras inte närmare. Istället fokuseras resultaten på hur Matkassen inverkar på människors liv och identitet.

För det andra inleds redovisningen med ett tema som inte tagits upp i intervjuerna men som samtidigt är lika dominerande som tacksamheten. Detta frånvarande tema är avsaknaden av samhälllig kontext i intervjuerna; eller snarare individualiseringen av de samhällliga skeendena som lett till personens ansökan om att vara med i matkasseverksamheten (Näslund, 2020).

Det övergripande tema för studiens resultat är: *Matkassen som ett bidrag till ett normaliserat liv och självbild. Vardag, värdighet och det lilla extra.* Vi återkommer till det i den avslutande diskussionen. I analysen tas normalisering upp rörande främst vardagslivets villkor, föräldraskap/barndom och deltagarnas självbild.

I denna redovisning av samtalen med deltagarna återges längre utdrag från intervjuerna, så att läsaren kan få ta del av den kontext som de intervjuade valde att ge åt sina svar.

# Fattigdomens orsaker

## Välfärden – det frånvarande perspektivet

I svaren finns ett frånvarande perspektiv. Hur kan någon i välfärdssverige hamna i en situation där hen ansöker om att få hämta en kasse med mat en gång i veckan hos Stadsmissionen? Deltagarnas svar handlar om deras egen väg; deras egna erfarenheter. Som ofta med erfarenhetsbaserad kunskap saknas ett övergripande perspektiv som ställer den enskilda personens öde i ett sammanhang. Denna avsaknad av kontext kan även förklaras med en övergripande tendens till individualisering av sociala problem. Den drabbade lär sig att se sina problem enbart som följderna av egna brister och tillkortakommanden (Boyle et al., 2020; Brinkmann, 2016). Orsakerna som därmed inte tas upp är följderna av de socialpolitiska förändringarna som skett i Sverige de senaste årtiondena, med ett urholkat socialt trygghetsnät som följd. Denna kontext presenterades i rapportens introduktionsavsnitt.

## Att bli fattig: Mellan det sociala arvet och tillfälligheternas spel

På en individuell nivå tycks två vägar finnas som leder till att en person hamnar i en situation där hen ansöker om att få vara med i Matkasseverksamheten. Dessutom framträder kroppen som något som sätter gränser för det möjliga.

### Ett socialt arv

Den ena vägen till fattigdom är när den framställs som uttryck för ett socialt arv (Jons-son, 1969). Från starten präglas livet av kontakten med de sociala myndigheterna, först via ens föräldrar, och sedan har det förblivit så; ett liv i samhällets marginal kantat av olika "insatser". Man blir inte fattig, för det har man alltid varit.

*"Jag har varit socialbarn ända sedan jag var liten. Jag bodde i familjehem, därefter var jag hemlös. Sen skaffade jag en lägenhet lite snabbt. Sen hade jag ju ingen plats att bo på igen. Så då levde jag runt hos kompisar, men då visste jag inte att det här [Matkassen] fanns. Då var jag fortfarande ung, så jag levde i stort sett på makaroner, smör och ketchup väldigt länge, vilket jag också tyckte var gott. Men det blir ju tråkigt i längden, när man inte kan bjuda någon på något annat, inte ens sig själv. Så jag fick den här möjligheten via mina boendestödjare. Då jag har problem med armar och kan inte bära hjälpte de mig med att hämta den."*

I detta fall var det samhällets representanter som upplyste intervjupersonen om möjligheten att få hjälp av en frivilligorganisation. Men i de flesta fall sprids vetskapen om Matkassen mellan olika personer som lever på samhällets marginaler; vänner, bekanta och andra med samma typ av problem. Ibland som en illustration av det sociala arvet:

*"Det var min mamma som tipsade mig om Matkassen, för hon hade den själv. Hon har också ekonomiskt stöd. Hon är förtidspensionerad, hon har dålig rygg, så... Så tipsade hon mig, eftersom jag också levde på försörjningsstöd, att jag kunde gå med också. Så blev vi båda med."*

## Tillfälligheternas spel

Den andra vägen handlar om "tillfälligheternas spel". När det som inte kunde tänkas hända ändå händer. Någoting oförutsett som innebär ett brott i livshistorien. För många handlar det om en sjukdom eller en skada som hindrar en att vara på arbetsmarknaden. För andra handlar det om flykt undan krig, förföljelser och misär. Eller från våld i nära relationer.

***"Jag råkade i trubbel. Det hände något väldigt traumatiskt i mitt liv. Och jag klarade inte det då psykiskt. I den situationen sket jag helt enkelt i det mesta. Jag betalade inte räkningar; sådant som liksom inte var jag egentligen."***

Personen känner inte igen sig själv vare sig i det liv hen hamnat i eller i sitt eget sätt att hantera den situation som uppkommit.

***"I grund och botten det fysiska. Jag åkte på en hjärtattack och allt tvärstannade. Jag hade dragit igång en ny verksamhet men eftersom jag vart liggande tvärnitade allt och pengar skulle ut. Samtidigt separerade min fru och jag. Jag fick flytta ut från vårt hus till en tvåa i en förort. Från allt till ingenting. Det har varit tufft ibland. Allt behöver inte kosta pengar, men det blir bara löjligt ibland. Man blir full i skratt att man inte har råd att köpa en kaffe på bensinmacken. Ibland får man svackor. I början grubblade jag och kunde ligga en vecka i sängen och tänka: hur fan hamnade jag här och varför? Man får försöka sluta tänka. Det går ibland inte. Nu är det mera acceptans; kan inte göra så mycket."***

Ett samspel mellan flera olyckliga omständigheter förekommer i mångas berättelser där livet vänds upp och ner. Flera år senare märks fortfarande en oförståelse över det som inträffade och fortsatta försök att få ihop det hela. Att förstå, som om förståelsen skulle kunna upphäva det som hänt; det som händer varje dag i ens "nya" liv.

Flera som intervjuades kom från andra länder än Sverige och ställdes inför speciella utmaningar. De hade klarat sig undan våldsamma situationer där deras tillvaro hotades. Nu möter de en ny inte alltid begriplig verklighet med sina regler, krav och hot. Det räckte inte alltid med en vilja att lära sig språket, att studera och att söka arbete. Får man inget uppehållstillstånd hamnar man i ett vakuumtillstånd, där varje person man möter utgör ett potentiellt hot om att bli utvisad:

***"Jag måste stanna till november, sen blir mitt ärende öppet och jag ska ansöka igen. Jag har pluggat tidigare, men jag fortsatte inte när jag kom till Sverige. Jag blir jättedeprimerad här. Jag är optimist, men det finns inget positivt man blir glad av. Jag kan inte studera eller jobba, jag kan inte göra någonting. Om man går till tågstationen blir man rädd, för där finns det poliser och vakter. Ibland åker jag buss på ungdomsbiljett och då måste jag kolla noga efter kontrollanter. Om dom skulle komma fram och fråga om leg. Jag kan inte berätta om min situation för folk jag träffar. Alla är inte bra. Det kan komma någon som skulle kunna ringa polisen och skicka tillbaka mig till mitt land. Livet är svårt."***

Samspelet mellan olika samhällseliga skeenden, en ekonomisk kris, en utsatt uppväxt, en flykt undan förtryck och privata händelser, en skilsmässa, ett traumatiskt händelseförlopp och ett uttunnat socialt skyddsnät skapar situationer där människor faller igenom och inte finner någon väg tillbaka. Det är i dessa situationer som de upptäcker en väg till Stadsmissionens matkasseutdelning.

## Den gränssättande kroppen

En återkommande aspekt bakom personernas fattigdom och varaktighet är den fysiska hälsan. Även om flera också nämner psykiska problem, så är det deras värkande kroppar och problematiska relation till den somatiska vården som dominerar i berättelserna. Kroppens tillkortakommanden kan förklara att man hamnat i matkasseverksamheten, men också till ett långvarigt behov av samhällsstöd och, när detta brister, av hjälp från frivilligorganisationer.

*"Jag har blivit sjuk. Jag har en snedställning i min höft, och sen har jag fått ledgångsreumatism. Jag har väl haft ont i flera år men inte gått till doktorn. Och det har gått lite för långt med värken, och det gör att det är svårt att få bort värken i min kropp. Jag lever med ständig värk, varje dag, varje natt. Och det gör att jag är sjukskriven..."*

Många berättar även om problem när det gäller deras kontakter med sjukvården. Det kan handla om inställda operationer, om misslyckade operationer som lett till än större smärtor, men också om ekonomiska problem som gör att man inte alltid kan söka sig till den vård man skulle behöva.

*"Och sen tänderna, det är precis som att alla tänderna gör ont, hela käften. Och sen, "häriifrån hit" [visar på sin egen kropp från halsen till fötterna], gör det så himla ont. Och jag kan vakna på natten när jag har värk i här i armarna och sen "här". Och det gör så himla ont. Jag har varit hos tandläkaren också, men jag har en tand här som inte går att laga. Jag har en ny tid den sista i den här månaden, men jag måste ju prata med Försörjningsstöd om dom godkänner det."*

Försörjningsstöd skulle vara en tillfällig åtgärd och därför ansåg många att dess värde kunde urholkas. En försämring av de trygghetssystem som hade utvecklats inom ramen för välfärdsstaten motiverades och motiveras av omsorg för människorna. De låga ersättningsnivåerna ska hjälpa dem att inte fastna i något bidragsberoende. Den inkluderande solidariteten med de som av olika anledningar drabbades av fattigdom och behövde stöd benämndes som "utanförskap" (Davidsson, 2016). Det är mot den bakgrund som Stadsmissionen har sett matfattigdomen bre ut sig i det svenska samhället och sett sig tvungen att utveckla sin matkasseverksamhet. Bakom individuella öden finns politiska beslut.

---



# Norm och skam

## Skammen att inte klara sig själv

*"I början tyckte jag det var... det var jättejobbigt... det var enormt pinsamt, att, som jag tänkte att andra ser det; att "Gud, hon har tre barn och hon behöver hjälp. Vad är det som är fel, liksom, hur kan hon ha problem?" Och så där... Jag tyckte det var väldigt pinsamt att be om hjälp ... men, jag kände att jag ändå måste på något sätt."*

Flera personer som intervjuades berättade om att de hade valt att försöka klara sig på egen hand under ytterst knappa omständigheter under längre perioder, innan de fick höra talas om matkasseverksamheten. Att söka hjälp verkar vara förenat med att man bryter mot en grundläggande norm i vårt samhälle. En norm som många av de intervjuade delade. Normen om att man ska klara sig själv. Brottet mot denna norm var förenat med skam (Starrin, 2010). I alla fall till att börja med. Hur ser denna skam ut? Och hur ser vägarna bortom skammen ut?

*"Förr parkerade jag längre bort ifall någon skulle se mig, så gick jag med kassen. Men vad fan då. Nu är jag jättetacksam. Man är uppväxt så. Farsan du vet. Klara sig själv."*

På det sättet är alla dessa människor som man ibland betecknar med ord som "marginaliserade" och "utanförskap" helt och hållet integrerade i den rådande normen: Man ska klara sig själv. Att söka hjälp är ett personligt nederlag; en kapitulation:

*"När det tog stopp och jag verkligen inte kunde klara mig själv ekonomiskt, så hade jag inget val. Det var jättesvårt i början att be om hjälp. Att prata. Jag skulle aldrig i början ha suttit så här och pratat med dig till exempel. Men någonstans så har man kapitulerat, och känt att jag har inget val. Hade jag inte haft barn så hade jag ju skitit i vilket, men de måste ha mat verkligen. Jag kan äta knäckebröd och havregrynsgröt, men det kan inte de göra för att dom är friska och lever i allra högsta grad."*

Som vuxen verkar det vara acceptabelt att under lång tid avstå från det som betraktas som de mest självklara beståndsdelarna i ett vanligt liv i 2000-talets Sverige. Att ha barn och vilja värna om dem och deras uppväxt verkar vara den främsta faktorn som kortar perioden då skammen hindrar en från att ge upp normen och söka hjälp.

Till skammen att inte klara sig själv tillkommer skammen att kanske ta någon annans plats när man blivit beviljad matkassen. Någon annan som bättre skulle behöva den hjälpen.

*"Jag har ju själv varit volontärarbetare förut. Så det kändes lite svårt att helt plötsligt vara på andra sidan. Om du förstår vad jag menar. Och lite liksom, jobbigt att..., jag kände i början också att; förtjänar jag det här? Tar jag inte kanske nån annans plats som behöver det mer."*

Sedan kapitulerar man. Och skäms. Men att komma över skammen handlar inte bara, och kanske inte främst, om att ge upp ens självbild som oberoende individ; en form av värdighet i de egna ögonen, utan om någonting helt annat:

*"Dom första gångerna var svåra för mig, för jag kände att jag skämdes. Jag trodde inte att jag skulle hamna i en sån position. Det var lite skamfyllt för mig för att, ja man vill ju egentligen vara självständig. Det är ju det som jag vill uppnå. Det vill jag ju fortfarande."*

*Så det var jobbigt i början, men det som underlättade var ju bemötandet som jag fick som var jättevarm, väldigt humanistisk, väldigt fint liksom. Det var inget dömande utan det var mer såhär varm mottagning och det gjorde skillnad. Ett enkelt leende gör ju en stor skillnad, att liksom säga "Hej!" och bara typ "Välkommen". Alltså bara att få en att känna sig som en människa. Det gör skillnad. Och det tycker jag att medarbetarna på Matkasseverksamheten gjorde."*

### **Bortom skammen**

Vilka spår ens kapitulation får verkar kunna bero på det bemötande man får just i den stunden. När man har givit upp; hur de som blir de direkta vittnen för ens kapitulation möter en. Här verkar skenbart små saker, "mikrobekräftelser" kunna spela en avgörande roll. Ett leende; ett "välkommen" verkar kunna bidra till att återupprätta ens värdighet i nederlagets stund och får en att även fortsättningsvis kunna "känna sig som en människa" (Topor et al., 2018).

*"Personal som jobbar på matkasse de är trevliga, duktiga, man känner sig inte som en tiggare. Man känner sig "como una familia" som kommer att hjälpa en."*

Så beskrev en mottagare och kontrasterade detta mottagande med sina erfarenheter från tidigare möten med olika myndigheter och den effekt de hade haft på hens självkänsla.

### **Att ansöka**

En annan positiv "små sak" som togs upp av flera var enkelheten i ansökningsförfarandet om att få ta emot matkassen:

*"Jag skrev bara ett mail så jag tyckte att det var väldigt lätt just det där att man kunde göra hemifrån så det blev ingen jättegrej över det. Jag har alltid haft svårt att ta emot hjälp och då var det skönt att det inte var så jättestort att ansöka om det och att man inte blev dömd heller."*

*Det kändes som att det var väldigt självklara frågor för det är ju viktigt att man hjälper personer som är i behov av den hjälpen liksom. Det gick väldigt fort vilket överraskade mig faktiskt. Jag tror att det var klart inom två veckor från att jag sökte."*

Anmärkningsvärt nog verkade Stadsmissionen oftare än socialtjänsten leva upp till 1982 års Socialtjänstlagens portalparagraf, där det sägs att man ska se till personens situation och inte orsakerna (den individuella skulden) till att hen befinner sig i den situationen (Pettersson; 2014).

Ett problem som några nämnde hade uppstått när de ansökt i perioder då verksamheterna haft stopp för nya ansökningar, då de inte kunde klara av att ta emot nya mottagare. Då hade det uppstått längre väntetider och oklarheter om vilka regler som gällde.

*"Det är ju lång väntetid, jag själv försökte göra det på egen hand, men då sa de att det var fullt, att de inte tog in nya och så, det tyckte jag var lite tråkigt. Men det är ju så. Man får ju acceptera det."*

Ett annat problem som nämndes var att informationen om hur man skulle ansöka och om väntetiden inte kom fram och de som ville ansöka blev frustrerade och osäkra över vad som gällde.

*"Jag fick ett telefonnummer och lite information om hur man kunde ansöka på webbsidan, men webbsidan på den tiden var stängd. Det är fullt så de till mig. Du får ansöka i höst via webbsidan men man kan inte ansöka på webbsidan, jag vet inte varför. Det har tagit lite tid alltså, jag gick dit igen och sa att jag kan inte ansöka till matkassen men jag hörde ni får här. Hon säger till att det är fullt nu. Jag säger, men ni säger till mig ansöka på webbsidan, men där går det inte att ansöka, så vad ska jag göra? Hon var trevlig, jag berättade lite om vår situation. Då sa hon till mig "Vänta, om vi har någon plats så vi kommer att ringa till dig". Så efter en vecka hon ringer till mig och säger att det finns en plats, så om du är intresserad så kan du registrera dig."*

Sättet som de sökande blir mottagna, både när de ansöker om matkassen, men också när de hämtar kassen, spelar en avgörande roll för hur verksamheten uppfattas. Det är även betydelsefullt för hur människorna uppfattar sig själva. I en situation där de uppfattar att de misslyckats med att leva upp till sina och andras normer och där deras självbild hotas ytterligare blir frånvaron av stigmatiserande inslag i ansökningsförfarandet och det positiva bemötandet då man hämtar hjälpen, centrala för att inte förnedra personerna. Tvärtom kan det vara en väg för att bevara deras värdighet.

---

# Fattigdom som att inte kunna och att avstå

Att vara fattig utgör en grundförutsättning för att få vara med i Matkasseverksamheten. I berättelserna framstår fattigdomen främst i termer om att "inte kunna" och att "avstå". Att inte kunna köpa skor när de gamla, de enda man har, har gått sönder:

*"Jag lever fattigt. Jag har inte råd med någonting. Mina skor gick sönder, så fick jag ett par. Jag har inte råd att köpa ett par skor. Man får försöka hålla humöret uppe några år till."*

Att inte kunna och att avstå är konkreta uttryck för den vardagliga verkligheten bakom ord som fattigdom, marginalisering och exkludering.

## Sociala relationer som upphör

Inte kunna och avstå från kan ses som fattigdomens ledstjärnor. Att avstå från det som de flesta människor i Sverige knappt reflekterar över att de förfogar över. En intervju-person reflekterade över vad Matkassen betytt för hans vardagsliv:

*"Nu kunde jag betala mina mediciner kontant, så jag har inte längre skulder på apoteket. Jag betalar kontant tack vare Matkassen. Nu kan jag även betala internet och betala för en telefon. Förut hade jag ingen telefon och inget internet."*

Att avstå från det som blivit en av de främsta informations- och kommunikationskanalerna skapar en social isolering, som verkar i många fall hänga samman med fattigdomen och befäster den.

*"... framför allt mina tankar när jag går och lägger mig på kvällen, att jag har så mycket skuld att betala tillbaka. Just den här känslan att när jag var frisk och kunde jobba då flöt allting på och man var behövd och så. Och så fort du blir sjuk så är det ingen som tittar åt dig. Alltså, det är ingen som ringer och frågar hur det är eller hjälper en på nåt sätt. Du blir väldigt ensam. De på matkassen är den enda kontakten jag har varje vecka med nån. Det är [Namn] som delar ut matkassen, hon är den enda fasta tid på hela veckan jag har. Även om det blir kort och det blir mest prat kring Matkassen så är det ändå en kontakt. Och skulle jag inte komma dit så tror jag att hon skulle fråga och undra var jag är."*

I vissa fall kan själva utdelningen av matkassen utgöra personens främsta mänskliga kontakt. Man vet att någon skulle märka om man inte kom på den avtalade tiden, och höra av sig. Någon som bryr sig och märker ens existens.

## Fattigdom och föräldraskapet

Fattigdomen drabbar på ett speciellt sätt de som har barn hemma. Det drabbar självklart barnen och deras föräldrar, men även föräldraskapet; barnens och ens egen bild av sig själv som förälder:

*"Mina barn vet att vi inte kan köpa vad som helst. Som igår, då sålde jag en sådan här gammal antik pall som jag hade, för att kunna köpa ett par badbyxor till min son. Och dom förstår att ska vi köpa något så måste vi sälja något. De vet att vårt liv är så. Och någonstans så har de accepterat det. Men ibland är det ju tråkigt också. När cyklarna har gått sönder, ja då åker man bara inte till en cykelhandlare och lämnar in dem, utan... Nä, det blir... Det är en utmaning att överleva. Men jag har ändå ett hem med en säng att gå och lägga mig i, så jag får väl tänka att jag är tacksam för det."*

Den yttersta gränsen för de som bor med sina barn är just barnens situation. När "att inte kunna och att avstå" drabbar dem "för mycket":

*"Man levde på varenda krona. Och huvudsaken var att mina barn fick mat. Jag klarar mig. Jag kan leva på vatten och bröd, men att mina barn ska ha mat."*

Det är mot den bakgrunden som vi kan förstå Matkassens betydelser för de som tar emot den. De fattiga och deras familjer lever bland andra. De ser samma tv program som andra. Deras barn går i samma skola som andra. De går i samma varuhus som andra. De har samma sjukdomar, samma behov och samma drömmar som andra. De är exkluderade från konsumtionen, men inte från dess budskap. De är bland oss, men i en annan värld.

---

# Ett liv som andra – matkassen och normalisering

Att behöva leva på de olika normer som utvecklats inom socialtjänsten och som tillämpas av kronofogdemyndigheten innebär allt utom ett normalt liv. För många handlar det mer om att överleva än att leva. Det sociala nätverket krymper (Mood & Jonsson, 2015), hälsan försämras (Wilkinsson & Pickett, 2018).

Ett övergripande tema för matkassens följder skulle kunna vara "Ett normaliserat liv". I de olika intervjuerna växer en mångfacetterad kunskap om normalitetens olika aspekter och matfattigdomens konsekvenser. Normaliseringen handlar om normaliserade levnadsvillkor, i linje med den definition som tidigare förekom i de nordiska länderna (Nirje, 1985; 2003) och inte normaliseringen av individen. Dock finns ingen absolut gräns mellan dessa två former av normalisering. De intervjuade skildrar hur normaliserade levnadsvillkor kan leda till en normalisering av personerna i termer av minskad oro och ökad trygghet, både för dem och deras barn.

## Matkassen som ekonomiskt utrymme

Denna normalisering handlar naturligtvis om att ha mat i skafferiet och kylskåpet, som alla andra. Matkassen skapar dessutom ett ekonomiskt utrymme som får följder för personen och hans familj.

*"Vad som hjälper mera är att matkassen balanserar lite ekonomin. Till exempel förra fredagen och lördagen hade jag ingenting men då tänkte jag att på måndag får jag så jag klarar mig igen. Annars, om jag inte får något idag måste jag vänta till den 19:e för att då kommer min pension, så den påverkar min ekonomi positivt."*

Det ekonomiska utrymmet utgör i sig en av matkassens mest självklara positiva följd. Till det tillkommer vad det nyvunna ekonomiska utrymmet kan användas till och med vilka följder.

## Matkassen mot psykisk ohälsa

Fattigdom är förenat med stress, oro, osäkerhet. Det som anses som självklart av "normalbefolkningen" är inte det.

Matkassen verkar kunna erbjuda en viss stabilitet och därmed fungera som en bra "behandling" mot den oro och stress samt den känsla av otillräcklighet som hade upplevts av många som intervjuades.

*"Matkassen gjorde att jag mådde bättre psykiskt, att inte oroa mig lika mycket över ekonomin."*

Här gör den intervjuade en direkt koppling mellan psykisk hälsa och ekonomin, något som bekräftats i flera studier (Read, 2010; Priebe, 2016, Topor, 2016): Förbättrade ekonomiska villkor spelar en betydande roll för att förebygga psykisk ohälsa.

*"Jag kan känna att matkassen förändrar väldigt mycket. Det är en trygghet att veta att man kommer och hämtar något för sin egen skull. Varje fredag vid en viss tid kommer jag att ha en matkasse."*

En aspekt som betonas av flera är betydelsen av regelbundenheten och att inte få sina behov av hjälp prövade inför varje matkasseutdelningstillfälle. Trygghet är ett ord som återkommer i intervjuerna.



Återigen för de som har barn hemma rör den minskade oron och otryggheten inte bara deras egen situation, utan det liv som de förmår erbjuda sina barn:

***"Det känns ju lättare att jag slipper tänka på mat varenda dag. Har vi mat i frysen? De slipper gå och lägga sig hungriga, tack och lov har de aldrig behövt det, men har vi mat för den här veckan? Vi har de här kronorna vad ska vi göra av dem? Så det har ju lättats mycket."***

Lättnad, slippa oro, trygghet. Matkassen bidrar till individernas välmående ("Well-being"), ett fenomen som seglat upp i forskningssammanhang som en central aspekt av den psykiska hälsan (Prilleltensky, 2005; Wilkinsson & Pickett, 2018).

## **Ett normaliserat föräldraskap och en normaliserad barndom**

Uppväxt under fattigdom innebär inte enbart att avstå från det som sprids via olika medier som normaliteten. Det innebär också risken för att utsättas för våld, missbruk, dåliga bostadsförhållanden mm.; uppväxtvillkor som ger barnet sämre förutsättningar för psykisk och social hälsa som vuxen (Read et al., 2005).

De intervjuade som hade barn boende hemma, påtalade också att deras egen minskade oro påverkade deras barn och relationen mellan dem.

Barnen drabbas inte enbart av att leva under fattiga förhållanden, utan även av det som fattigdomen gör med deras föräldrar och föräldrarnas självbild som föräldrar; med föräldraskapet. Kan man se sig själv som en bra förälder, om man inte förmår att trygga sina barns basala behov? Även här verkar matkassen kunna spela en viktig roll:

***"Det är ju klart att de ser ju att jag blir lugnare att det inte är att jag är jätteorolig hela tiden liksom, att det hjälper oss."***

Barn mår bra av att se att deras föräldrar må bättre. Den enas trygghet och glädje blir den andras trygghet och glädje, i en positiv spiral.

***"Min dotter ser väl att jag är gladare, det gör hon. Att jag inte har den där oron hela tiden. Så hon är ju glad för det här också. Nu börjar jag se bara positivt. Förr var det mycket med ekonomi och alltihopa, det var dystert. Snöade det, ar det jättetråkigt. Regnade det, "ja men då kan vi inte göra någonting, usch. "Nu, regnar det, det är bara vatten som kommer ner och det gör ingenting. Snöar det; "ja men vad fint, va". Jag vet inte vad det är som gör att jag börjar känna mig bara positiv."***

Men matkassen innebär inte enbart en förändrad stämning i relationen mellan förälder och barn och därmed en annan stämning i hemmet. För föräldern blir det nu möjligt att erbjuda sina barn en uppväxt som i större utsträckning än tidigare påminner om deras kamraters vardagsvillkor.

***"Det har hjälpt oss väldigt mycket. Barnen vill ju göra saker som alla andra i deras klass gör. Men vi köper inte glass från Glassbilen, vi äter inte söndagspizzor, vi går inte på bio... Det gör ju inte vi. Utan vi bara gör det vi kan, hemma liksom. Men ibland så... Barnen äter väldigt mycket frukt, de älskar ju paprika. Paprika är jättedyrt att köpa. Nu får man oftast minst tre paprikor varje vecka i matkassen, så dom får ta med sig det som mellanmål till skolan. Så det är bra med matkassen".***

Återigen märks fattigdomens "att inte kunna" och "att avstå". Men "Barnen vill ju göra saker som alla andra i deras klass gör." Matkassen kan skapa öppningar mot att göra saker som alla andra, även om man utifrån kan slås av dessa sakers skenbart oansenliga karaktär. Det kan handla om att ibland kunna äta frukt och grönsaker.

*"Ibland har det gått någon månad när man har haft det lite tigt, så blir det liksom, "Åh just, onsdag, ja!" Nu får vi hämta vår matkasse och då får man liksom vissa saker man kanske inte har hemma och man behöver... eller, till exempel, man går förbi och hämtar matkassen och sedan går man till parken med barnen och då har man kanske fått några bullar eller några färdiga mackor. Jag tycker att det handlar om att ha mer tid på det sättet att vi kan göra saker tillsammans. De ser ju fram emot det också ... så de tycker det är väldigt kul för ibland får de pennor, kanske någon bok... Det blir typ som en liten utflykt vi gör på onsdagar."*

Ibland kan matkassen bli anledning till en gemensam och lustfylld aktivitet som förenar föräldrar med sina barn.

---

# En bevarad värdighet - självbilden

I intervjuerna verkar Matkassen göra det möjligt att även utveckla en mer positiv självbild. Vi har redan sett att den ursprungliga skammen att inte ha lyckats klara sig själv avhjälptes av personalen på Matkasseutdelningen. Men denna positiva självbild, denna återerövring av en värdighet verkar även ske längs andra vägar.

## Normaliseringens individualitet

En sådan väg är individualiseringen av innehållet i Matkassen. Denna individualisering sker på flera sätt. Dels tas hänsyn till individuella preferenser, religiösa påbud och olika former av allergier och intoleranser. Fattigdom riskerar att suddas ut personernas olikheter. De ska vara nöjda med det som de får och i rättvisans namn så får alla samma sak. Fattigdom blir en dominerande identitet, vid sidan om arbetslös, sjuk och misslyckad (i att leva upp till normen om att klara sig själv).

*"Det känns verkligen att de ser dig när du kommer in och de vet hur många barn jag har och de frågar hur det är med barnen och om det har hänt någonting? Man är liksom inte bara ett namn som kommer och hämtar en matkasse, utan att de ser mig och vissa dagar vill inte jag prata ja men då pratar vi inte heller."*

Att inte bara vara ett namn bland alla andra, utan någon som blir ihågkommen som person bidrar till att upprätthålla en som person.

*"Dom är bra, och dom vet vem jag är. Dom kan fråga "gillar du kaffe?" och då kan jag få en till kaffe."*

Att bli bekräftad som unik individ i en verksamhet som vänder sig till många människor sker ofta genom "små saker" som gester, ögonkontakt och i handlingar; "det lilla extra", som kan få en stor betydelse för individen. En egenskap i "det lilla extra" som återkommer i berättelserna är att det ofta handlar om "det onödiga". Matkassens främsta funktion är att fattiga människor ska få mat och bra mat. Det är Matkassens själva existensberättigande. Det "onödiga" det som är mer än det strikt nödvändiga; existensminimumen och framstår som det som skiljer mellan att överleva och att leva är i detta perspektiv omtvistad då det kan vara källa till det s.k. "bidragsberoendet".

---

## Lust som en del av normalisering

Historiskt sett har fattigdom ofta betraktats som följden av ett individuellt tillkortakommande orsakat av karaktärsbrister hos personen. Som resultatet av en persons bristande ansträngningar att klara sig. Bristande ansträngningar som kan avhjälpas genom att skapa så svåra omständigheter för den personen, så att hen blir motiverad till att ta sin plats på arbetsmarknaden (Alcock, 2006; Zelizer, 1994; Swärd, 2010). Bidrag och stöd, utöver det absolut nödvändiga, kan då ses som incitament för de fattiga till att inte ta sitt ansvar, utan skapar och stärker lättja och utanförskap. De skapar ett "bidragsberoende" hos de som ställt sig utanför arbetslivet och riskerar dessutom att avmotive-ra dem som vill ta sitt ansvar och arbeta med låga löner under osäkra anställningsformer (Standing, 2011; Davidsson, 2016).

Mot denna bakgrund är det ytterst problematiskt och intressant att flera av de intervjuade lyfter fram lustfyllda inslag i matkassarna de fått. De nämner även vissa extra saker som de fått när de hämtat sin matkasse, utöver maten i matkassen. Något extra. Saker som plade till lust. Onödigheter.

### Barnens lekfullhet

Många saker som nämns i detta sammanhang har med barnen att göra. Saker som syftar till att ge dem någonting utöver det nödvändiga (som paprikorna ovan kanske kan exemplifiera), förenad med lust. Återigen rör det sig om saker som många i Sverige skulle uppfatta som "normala" inslag i en normal vardag.

*"Mina barn blir jätteglada varje gång jag säger att vi ska gå och hämta mat. "Åh, de är så snälla" och så där, och barnen får ju godis, och de får ju mat som de tycker om, som de inte har någonsin ätit eller provat på liksom. Havremjolk har vi fått och det, det älskar min son. Det har han aldrig fått smaka på förut för vi har inte haft råd för sådana grejer som är nyttiga och lite bättre. Så det har hjälpt så mycket, det har det verkligen gjort ekonomiskt.*

*För två veckor sedan fick vi bio-biljetter av Stadsmissionen och min son han blev ju så glad för att gå på bio, det var ju... det var ju en högtid, alltså. Att se honom, så glad att han verkligen fick göra något som han har velat göra .... som jag inte har kunnat ge till honom för att jag inte har pengar... "*

Ett annat exempel:

*"Min dotter är tolv. "Mamma kan jag få det här, mamma kan jag (skratt)...". Hon har precis börjat med sådant där så nu är det full fart. De är ju jättegulliga här. Hon har varit med hit och fick en necessär med lite schampo, duschkräm och sen var det något smink som låg i, som hon vart väldigt glad av."*

Godis, bio, smink och andra onödigheter. Små tecken på en bekräftande uppmärksamhet som kan spela stor roll.

Här finns dessutom en annan aspekt av den uppmärksamhet som beskrivs i intervjuerna; att det inte är de intervjuade själva som unnar sig det onödiga och lustfyllda, utan att någon annan unnar dem det; gör det lilla extra på eget bevåg. Det uppfattas som en bekräftelse av individen, som något mer än någon som är bidragsberoende och som brutit med normen om att klara sig på egen hand; som misslyckad.

## Den vuxnes guldkanter

Tack vare matkassen öppnas även en möjlighet för de vuxnas behov av guldkanter, utöver den basala överlevnaden. För föräldrar verkar möjligheten att utföra ett normaliserat föräldraskap; att inte bara vara någon som säger nej till barnens önskemål, spela en central roll. Både för de som har barn hemma och för de andra, uppstår även en liten möjlighet att unna sig själv något extra, tack vare matkassen. Något som inte självklart är begagnat. Något för en själv.

Det innebär för den vuxne att erbjuda sig själv en guldkant så att även de kan göra samma saker som andra vuxna gör; ibland.

*"Jag unnar mig att köpa kött och fisk. Så lägger jag också undan pengar så att jag kan köpa någon ny skjorta, tröja eller någon sådant där. Ibland vill man också komma ut och titta sig lite omkring. Då går jag på kafé med mina kompisar, men man har inte så mycket pengar till sådant.*

*Ja, jag kunna väl köpa något extra plagg i månaden på ställen som jag inte gjorde annars. Jag hade liksom levt på att få kläder från mamma som hon hade köpt på loppis eller ärvt kläder av min systers pojkvän eller något sådant. Jag hade inte kunnat köpa kläder på jättelänge så det är det som förändrats. I stort sett."*

Fattigdom skapar ett ensidigt beroende av andra som riskerar att hota dessa familje- och vänskapsrelationer mellan vuxna som traditionellt bygger på ömsesidighet (Offer, 2012).

*"Jag har till exempel råd med ett gymkort nu. För mig är det en viktig grej, att kunna ha råd att gå iväg till gymmet för att träffa folk, göra något och röra på mig. Det är viktigt också för min nykterhet, att jag har något istället, som är bra för mig. Den möjligheten fanns ju inte innan. Och att jag kanske har råd någon gång att köpa någon ny tröja."*

Det lilla extra, guldkanten som kan ses som onödigt rent ekonomiskt och en felaktig prioritering får betydelse både för den psykiska och den somatiska hälsan (Topor & Ljungqvist, 2017).

---

# Livskvalitet

Att få mat och dessutom varierad mat när man lever på existensminimum påverkar i sig deltagarnas livskvalitet. Men matkassen påverkar deras livskvalitet på flera olika sätt.

## Matkassen som mat

Att matkassen handlar om mat är så självklart att det vore lätt att missa den aspekten. Matkassen är mat. Mest vanlig näringsriktig mat, pasta, potatis, bröd.... Men flera betonar att innehållet i matkassen överraskade dem. Överraskade dem positivt. Men även utmanade dem. Här fanns det varor som de knappt kände till. Det handlar om en aspekt av matfattigdomen; kvaliteten på den mat man har råd med, med ofta låg näringsvärde (Karlsson, 2019).

*"När man kom hit fick man en väldig massa frukt och grönsaker och bröd, så man klarade sig nästan hela veckan på det. Man behöver bara komplettera med mjölk eller smör. Man får mycket jag inte har varit van vid, yoghurt och keso. Mycket frukt och grönt är det, bröd. Fint pålägg brukar det också vara. Sen har jag också katter, så då brukar jag få kattsand och kattmat ibland också. Jag har till och med gått ner i vikt på att jag äter sundare.*

*Ibland finns det ju inte något animaliskt med i påsarna, så då blir det till att göra soppa och experimentera lite. Jag tycker att det har varit väldigt bra. Nu äter jag gott istället, och det går att göra mycket på det man får. Man får ju rätt mycket konstiga grejer också, som man inte är van vid; hasselnötskärnor, bulgur och sådana saker. Men det fyller i alla fall på skåpen. Man får ju lära sig att ta hand om sig själv på ett annat sätt. För mig har detta varit ett stor lyft."*

Att ta emot matkassen är alltså inte förenad med en känsla av förnedring och att ta emot dåliga varor av låg kvalitet (se mera om kvalitetens betydelse nedan). Ibland tvärtom. För en del har Matkassen blivit en väg till en bredare kosthållning. Återigen handlar det även om att kunna unna sig något utöver det nödvändiga.

*"Det är lite som en present, en överraskning - man vet ju aldrig vad som finns i den där påsen. Man är alltid lika överraskad när man kommer hem. Jag kan berätta en sak som hände nu senast i fredags. Jag fick en stor ask kräftor, ett kilo, och min unge på tjuugo år har alltid älskat kräftor. Men jag har aldrig haft råd att köpa kräftor. Så hon blev ju överlycklig då, och jag med naturligtvis. Och sen var det också så att man fick välja mellan skagenröra och kycklingröra. Och min dotter var med mig i kön. Så du vet, när vi kom hem, då satte vi oss med räkor, skagenröra och panerad fisk. Det skickade jag ut på Facebook, "Titta!". "*

Här finner vi ytterligare ett sätt på vilket Matkassen bidrar till att upprätthålla mottagarnas självkänsla. Att som "fattig" ändå kunna unna sig bra och även "lyxiga" varor som man kan visa offentligt.

## Djur – ett annat sällskap

En annan guldkant som fick stöd av Matkassen togs upp. Även här är utgångspunkten att bli sedd som individ, en person med andra behov än blott materiell överlevnad.

*”Som jag uppfattar det så plockar de ihop efter individen. Jag har hund och katt och får oftast hundmat eller kattmat. Anpassat lite till mig. De frågar om man äter kött, korv. Lite så. Om man är allergisk emot något. Den frågan kom och så nämnde jag att jag hade hund och katt. De anpassar lite. Det är bra...”*

Djur har en speciell betydelse i intervjuerna. Ensamheten var ett tema i samtalen. I flera fall hade man tappat kontakt med vänner, eller så hade man inte råd att delta i ett vanligt socialt umgänge. Ett sätt att inte vara helt ensam var att ha ett djur, vanligtvis en hund eller en katt:

*”Det enda jag har nu, det är min katt. Hon betyder mest för mig. Hon ger mig sån här energi, du vet. Det är min älskling. Hon ger mig så mycket. Om jag mår dåligt, märker hon ju det. Djur märker ju det. Så kommer hon direkt och, du vet, tröstar, om man säger så. Och det känns skönt.”*

Matkassarna anpassades till det, så att de som hade djur kunde få saker specifikt till deras djur. Att få hjälp att ha kvar sin hund eller katt sågs som ett sätt att bli sedd som individ. Här fanns ingen kritik för att de hade ett sällskap som kostade pengar och inte borde ingå i ens budget om man hade ont om pengar. Men trots erfarenheter om att en hund skulle kunna spela en viktig positiv roll för individens mående, så avstod man ibland.

*”För några år sedan, under en period när jag inte mådde så bra, skaffade jag mig en hund. Vilket gav mig livet tillbaka kan jag säga. Så fort jag hade skaffat honom så började jag jobba heltid. Men i den här vändan när jag vart sjuk så har jag insett att en hund är dyr att köpa, så det har jag inte kunnat göra, men det skulle vara otroligt mycket sällskap och ge mig inre frid och lugn när jag ska sova. Så är det ju, men i dagsläget, det är för dyrt att köpa en hund. Men jag tror att det hade gett mig otroligt mycket.”*

Flera som inte hade råd tog dock hand om andras hundar och katter och med stöd från Matkassen kunde på detta sätt skaffa sig den typen av sällskap.

Guldkanter ingår självklart inte i normen för försörjningsstöd eller i kronofogdemyndigheterna beräkningen av vad en person ska klara sig på. Det kan handla om en vardag som sträcker sig utan bestämt slut, en vardag då en guldkant blir en fråga om att leva eller enbart överleva.



## Ett stöd till återhämtning

Utöver att kunna bidra till att bevara människors värdighet, verkar matkassen även kunna fungera som ett stöd i en återhämtningsprocess från missbruk, våld i nära relationer och psykiska problem. En person med tidigare missbruksproblem beskriver hur han fick tillgång till Matkassen i en period då han försökte bryta med sitt missbruk. Matkassen blev en del i hans återhämtningsprocess.

*"Jag är inte alls ute på det sättet och slarvar som jag gjorde förr, men det hade väl en del att göra med stress på jobbet. Sen slutade jag, och då blev det bättre. Men sen åkte jag ju på våren och gick på behandling, så jag klarade mig bra. Det var samtidigt som jag började här. När jag kom ut däri-från tänkte jag att jag skulle göra något annat, så då har jag väl klarat mig bra sen i augusti.*

*Har du hittat på något annat att göra?*

*Nej, inte mer än att ta med mig coca-cola eller kokar en kopp kaffe och går ut och träffar mina gamla kompisar. Sen har jag gått ner till [kafé] ibland för att slänga ner en slant för en kopp kaffe och smörgås på morgonen. Ibland har de lunch för en tia också. Sen började jag ju här också. Biblioteket går jag på ibland. Är ute och cyklar rätt mycket, rör på mig mycket. "*

Vägen tillbaka till samhället efter perioder av institutionsboende där de flesta av vardagens göromål är organiserade av personalen innehåller många utmaningar. Matkassen kan fundera som en hjälp för att klara denna övergång.

*"Jag har ju levt på försörjningsstöd länge. Det har ju varit lite struligt ganska länge, men jag har alltid klarat mig eftersom jag har haft försörjningsstöd och jag är inte någon stor shoppare. Innan var jag på behandlingshem. Då fick man ju mat där. Men nu sedan några månader har jag flyttat till ett stödboende."*

# Framtidstro

## Att känna sig behövd

En aspekt i mänskliga relationer som bidrar till att upprätta den egna värdigheten är möjligheten att inte bara ta emot hjälp, utan att även kunna hjälpa andra, främst de som hjälpt en (Blau, 2008). I detta sammanhang kunde intervjupersonernas medverkan i denna studie beskrivas av dem själva som ett sätt att återgälda den hjälp de hade fått; som ett sätt att skapa en ömsesidighet mellan dem och den verksamhet och de personer som hade hjälpt dem.

*"Jag tycker att jag har blivit väldigt bra mottagen. Vi skojar alltid med dom som är där. Det är ju därför jag har ställt upp på det här idag, för att dom alltid har ställt upp för mig."*

Att bli tillfrågad om att hjälpa till av de som hjälper en var i sig ett steg i en ömsesidighet som fullbordades i själva intervjun.

*"Att ställa upp på intervjun, det är det minsta jag kan göra. För dom frågade förra fredagen när jag var här och jag sa till henne som frågade, tänk det är klart, det är det minsta jag kan göra. Om inte jag är på lasarettet så kommer jag hit och pratar."*

Enklast uttrycktes det i ord som "att känna sig behövd".

*"Tack för att jag kunde bidra med något. Få känna mig behövd."*

Att kunna bidra med något; att inte enbart vara beroende av andras stöd, utan att även kunna lämna sitt bidrag till just de som ställer upp för en utgör en form av ömsesidighet som är betydelsefull i mellanmänskliga relationer och för ens självbild.

*"Överhuvudtaget allt stöd jag får, från kommunen och så också, skapar en känsla av tacksamhet och en vilja av att göra det jag kan och bidra med det jag kan sen, för att ge tillbaka. Det är en väldigt fin verksamhet. Jag kan känna mig otillräcklig liksom, men jag gör det jag kan."*

Det uttrycktes även genom hoppet att en dag också kunna bli en som hjälper andra på samma sätt som man själv blivit hjälpt. Att lämna mottagarens position och kunna ge andra.

*"Jag är glad att jag kunde bidra med nåt. För mig är det här, det är ovärderligt. Det är liksom nånting som jag verkligen är tacksam för. Och i framtiden hoppas jag själv kunna vara delaktig i det."*

## Matkassen som källa till hopp

En aspekt av Matkassens betydelse för personens livssyn som lyftes fram var att verksamheten i sig gav hopp om en bättre värld. De som intervjuades hade utsatts för omfattande sociala prövningar som hotade deras tro på samhället och mänskligheten. Mötet med Matkasseverksamheten, där folk (volontärer, medarbetare, företagen som skänkte sina varor) ställde upp för dem, pekade på en att världen inte var rakt igenom mörk, utan att där fanns även medmänniskor som vill en gott.

*"Sen blir man också glad över att det finns någon som hjälper. Det visar på att det finns mycket folk och organisationer i Sverige som hjälper."*

Fattigdomens prövningar handlar inte enbart om materiella försakelser. Människor som tvingas leva i samhällets marginaler under längre tider kan även ge upp inte enbart hoppet för egen del, utan om samhällsgemenskapen, om livet.

*"Det hjälper en ju att orka kämpa mer, så att på det sättet gjorde det skillnad. Och sen också, jag vet inte... det ger en också lite mer glädje, för mig i alla fall, att se en altruism i den här världen och att det finns människor som gör det här och att världen inte bara är en dyster och mörk plats, utan att det finns också humanism och omtanke och värme i den också. Det kan, det tror jag säkert många ändå känner, göra den största skillnaden. Det finns mörker, men det finns annat också då."*

I psykoterapeutisk litteratur beskrivs "demoralisation" som ett tillstånd av hjälplöshet och handlingsförlamning, när man inte längre förstår vad som hänt med en själv och inte längre ser vad man skulle kunna göra för att förändra sin situation (Frank, 1972; de Figueiredo, 2012). Terapeutens främsta roll är att återställa hoppet. Hoppet om att saker kan förändras. Och detta återställande av hoppet går inte främst eller enbart via ord, utan även genom att konkreta förändringar uppstår.

I många samtal framstår Matkassen som hoppfullhetens återkomst i människors liv. En konkret förändring som ger kraft att försöka komma vidare.

*"Ja, sådana här grejer det hjälper ju verkligen till i alla fall och gör att man liksom blir lite "pushad". Att man kommer i rätt riktning. Man ser att folk kan vara vänliga, man ser att det finns hjälp och få. Man ser allting sådant här. Man blir positiv av det kan man säga och är man positiv då är det lättare att gå vidare. Då kanske man kan glömma lite av det negativa liksom. Kanske är det väldigt lång tid för mig på grund av det där som hände då men... Ja, jag märker att det har gått framåt i alla fall. Så att... ja... det kan... Ja, det är en stor hjälp alltså med den här oron och sådant här."*

## Ett hot mot självbilden

Om Matkassen kan ha en sådan positiv inverkan på människors självbild innebär det att den även kan hota denna självbild. Några intervjupersoner beskriver situationer då de fått dåliga varor som de tvingats kasta. Situationer där de inte känt sig värda mer än de varor som de hade fått.

*"Vissa gånger så känns det som att man burit hem en jättetung matkasse och sen när man väl plockar upp den så är frukterna halvruttna, brödet är stenhårt så att det går inte ens att värma i mikron eller skära med kniv. Och då känns det lite... alltså man känner sig lite förnedrad, att man får någonting som är så dåligt. Och det är inte så varje gång, men ibland är det så. Och det är tråkigt."*

Här finns en förståelse för de utmaningar och svårigheter som verksamheten möter, men känslan av förnedring kvarstår i kontrast till så mycket annat som de mött i sin kontakt med verksamheten.

*"Visst kan jag förstå att man kan missa ibland, för de hanterar stora mängder och så, men det är inte roligt att få en rutten clementin eller nåt som har runnit ner över allting annat så att man måste tvätta det. Eller det är väldigt få gånger det är nåt kött eller nåt sånt, men de gångerna det har varit det så har... jag tror av fem gånger jag har fått kött så är det tre gånger jag inte har kunnat äta det för att det är härsket. Och då känns det... Det känns tråkigt. Då hade jag hellre sett att den aldrig hade lagts ner i kassen."*

Det är svårt att veta hur vanlig sådana situationer är, men de ord som intervjupersonerna använder för att beskriva sin erfarenhet både understryker verksamhetens betydelse för dessa personers självbild och hur stark en negativ erfarenhet slå mot personens självbild.

# Framtiden: mer av detsamma eller någonting helt annat

En tanke med Matkassen är att den ska vara en tillfällig hjälp för människor under en svår tid i livet, på väg till(-baka till) ett liv i oberoende av den typen av insatser. Svårigheterna ska vara tillfälliga och hjälpen tidsbegränsad. Både när det gäller samhällets insatser och i frivilliga organisationers arbete finns en mer eller mindre tydligt formulerad rädsla att hjälpen skall vara beroendeframkallande. Att hjälpen skall göra människor oförmögna eller ovilliga att klara sig själva. Detta var en tanke bakom en del försämringar av det allmänna försäkrings-systemet som införts i Sverige. Bidragsberoendet sågs som ett hot. Försämringarna skulle motverka detta beroende, genom att "stimulera" de som behövde den att söka sig vidare till arbetsmarknaden och självförsörjning (Davidson, 2016). I ett sådant perspektiv kan Matkassen ses som en riskfylld verksamhet som bibehåller människor i ett bidragsberoende. Deltagarna delar synen att det finns en risk med olika former av stöd, men samtidigt så är de tydliga med att de egentligen inte vill vara beroende av andras stöd och skulle vilja klara sig själva.

## En annan framtid

Hur såg de intervjuade på sin framtid? Två alternativa framtid framkom i samtalen.

*"Nu går det mycket bättre... Det har varit upp och ner några gånger, men nu böjar det gå mycket bättre."*

Flera var också på väg in på arbetsmarknaden. De studerade, sökte en praktikplats eller hoppades få ett uppehållstillstånd. Andra som hade en skuldsanering på gång kunde se fram emot en återetablerad ekonomi och ett oberoende från ekonomiskt stöd.

För dem utgjorde Matkassen ett bidrag i en process i livet, där de såg fram emot en tid då de skulle lämna sin plats som mottagare av Matkassen till någon som skulle behöva det stödet bättre. Bland dem som såg en annan framtid fanns en skala i hoppet och hur nära en förändring de befann sig:

*"... så jag hoppas jag snart hittar något jobb och börjar arbeta, så någon annan som behöver det kan ta min plats här."*

Så sa en person som redan hade en praktikplats. En annan var också på väg att avsluta en yrkesutbildning:

*"Jag hoppas ju kunna klara mig själv, för nu pluggar jag och jag har ju bara några veckor kvar. I och för sig är jag ju inte klar än men förhoppningsvis kan jag ju söka jobb redan under tiden."*

För flera har Matkassen varit en del i en respit som de kunnat använda för att komma igen. Att slippa oroa sig för överlevnaden, att känna sig sedda och bekräftade och inte reducerad till en som inte klarat av normen om att klara sig själv; har öppnat för nya möjligheter:

*"Nu mår jag mycket bättre och då vill jag massa saker. Men jag tar ett steg i taget. Jag vill börja jobba, vilket jag inte gjort på väldigt länge. Jag känner ju att jag vill bli självförsörjande. Det är något jag får stöd och hjälp i. Jag har haft en arbetsträningsplats, men jag har slutat där efter ett år nu, eftersom jag känner att det är dags för nästa steg. Jag vill ha en arbetsträning inom äldreården, för där har jag arbetat förut, för länge sen. U9"*

Andra delade målet om ett arbete, men saknade en väg från den position de befann sig idag:

*"Jo, men det gör jag. Någon gång... någon gång kanske. När allt, när jag kanske hittar jobb och kunna... kunna få första lönen och kunna gå och göra någonting med mina barn för de pengarna jag har fixat ihop. Och kunna säga att, jag behöver inte hjälp med att hämta mat, nu vill jag att någon annan ska få den hjälpen som jag har fått."*

För andra, så handlade det om att klara av de fem åren på existensminimum som en skuld-sanering innebär. Dessa fem åren handlar dock inte enbart om att stå ut med fattigdomen, utan även att försöka "ta tag i grejer"; bland annat orsaken till skulderna:

*"Komma igen och börja arbeta vet jag inte om jag kommer att göra. Det är... Det är sant men... Komma igen mycket. Det kommer jag att göra. Jag är på väg. Jag har gjort... börjat tagit tag i grejer... Med räkningar och nu slåss jag med Kronofogden och så här. Det är inte lätt. Jag är ensamstående med en dotter. Förut då struntade man bara i allt liksom. Så..."*

## Den frånvarande framtiden

Andra såg ingen framtid bortom matkassen. Deras horisont blockerades av deras aktuella, främst somatiska men även psykiska problem som innebar ett fortsatt beroende av olika former av stöd. Flera hade redan genomgått olika behandlingar som inte varit till hjälp och andra väntade på operationer, men utan något större hopp om förbättringar som skulle leda dem till arbetsmarknaden och ett ekonomiskt oberoende.

*"Jag har kämpat hela tiden. För att jag trodde jag skulle få en operation. Jag trodde att den skulle hjälpa mig. Jag har gått på något sånt här KBT på Smärtkliniken. För en månad sen fick jag reda på att dom inte kommer att operera, för att det inte kommer hjälpa hela min kropp. Utan det kommer försämring till en början, för då måste jag även "laga operationen", så att säga. Så nu ska jag börja på smärtrehabilitering, och det betyder att det finns inget mer att göra utan att jag ska lära mig att leva med min smärta. Den är inte kul."*

Ytterligare andra uppfattar den situation de befinner sig i som det bästa möjliga alternativet. Den balans som de har uppnått tack vare Matkassen kan de se som ett steg framåt, jämfört med hur de har haft det tidigare i ett liv präglad av missbruk, psykiska problem och misär. Att försöka hålla sig på den nivån blir i sig en stor nog utmaning:

*"Jag har bott i så många fosterhem och sådär, så jag känner väl att jag inte ommer jobba något mer i mitt liv. Och jag kommer nog inte kunna ta någon annan hjälp än den jag har idag. Jag är trygg och bekväm så länge inga större krav ställs på mig. Är det så att det ställs krav på mig, då hittar jag på en ny lösning. Jag är så ingådd i det här systemet att jag känner mig otrygg utan. Dom här små kontakterna jag har, det är de enda jag behöver. Jag tycker inte om folk sedan mitt tidigare leverne. Jag vill helst inte ha med folk att göra. Jag har svårt att få nya bekantskaper. Jag håller mig hemma och där trivs jag. Hade jag inte trivts med matkassen hade jag ju sagt upp det. Jag är jättenöjd. Supertrevlig personal alltid."*

En del ser i framtiden risken för en ytterligare försämring av den redan svåra situation som de befinner sig i:

***”Det som är jobbigast tror jag är dels att man inte får det sociala och sen att ekonomin är dålig redan nu och jag känner att jag har ingen framtid som pensionär. Om jag inte klarar mig nu, så kommer jag inte klara mig när jag blir gammal.”***

För dem utgör försöken att ”stimulera dem tillbaka till arbetsmarknaden”, bort från ”bidragsberoende” genom att ytterligare försämma deras levnadsvillkor främst ett hot om ytterligare ett steg in i en misär utan slut.

---

# Personalens erfarenhetsbaserade kunskap

För att ta del av Matkassepersonalens erfarenhetsbaserade kunskap organiserade vi två fokusgruppsmöten, ett på respektive ort. På grund av Corona pandemin beslutades att båda möten skulle genomföras via nätet. Gruppdeltagarna möttes på respektive arbetsplats, och jag kopplades upp via en skärm. Fyra frågor togs upp och nedan redovisas den diskussionen som uppstod vid respektive punkt.

## Fråga 1: Ska man ha matkasseutdelning i en välfärdsstat?

### Tveksamt

Deltagarna i båda grupperna var överens om att Matkasseverksamheten var nödvändig, men de uttryckte även en tveksamhet då verksamheten riskerade att bidra till att stat och kommun kom undan sitt ansvar i ett välfärdssamhälle.

*"Vi fyller ju en lucka och det är bra att vi gör det, men egentligen är det tveksamt att vi ska behöva göra det. Det finns mycket staten skulle kunna jobba med som dom inte gör. Vi gör dom ju en tjänst eftersom dom då slipper. Så verksamheten måste ju finnas eftersom man inte får hjälp någon annanstans ifrån."*

Nedmonteringen av välfärdsstaten och dess följder togs även upp i Eskilstuna

*"Vad som talar för en matkasseutdelning i en välfärdsstat det är att välfärden lever ju inte upp till att kunna skydda och hjälpa alla medborgare idag som det ser ut i Sverige. Och vi ser ju ofta folk som inte får tillräckligt med bidrag och hjälp för att över huvud taget kunna leva ett normalt liv."*

I samtalet kopplades nedmonteringen med de ökade levnadskostnaderna.

*"Hyrorna är väldigt höga. Då får du också liksom lägga matpengarna på hyran. Då blir det ju inga pengar över."*

### Vi gör dem en tjänst och problemen osynliggörs

Mot den bakgrund bidrog frivilliga organisationer till att göra nedmonteringen möjlig, genom att försöka fylla de hål som uppstod, eller åtminstone mildra deras konsekvenser för de som utsattes för dem. I Uppsala beskrivs det så här:

*"Jag tycker det är fantastiskt med frivilliga organisationer och föreningar, men då blir det också väldigt mycket arbete som görs utan att någon vet om att det görs. Det är synd, för stadsmissionen gör ett fantastiskt arbete som hjälper så många människor, men väldigt ofta möts man av människor som undrar "Uppsala stadsmission, vad är det för nåt? Behöver människor den hjälpen ens?". Dom som styr högt upp i näringskedjan har ingen aning om vad som händer och hur samhället mår på riktigt."*

En risk med de frivilliga organisationernas insatser diskuterades som att problemen mildrades och försvann ur människors kunskap om situationen i Sverige

*"Jag visste inte att det här existerade innan jag började jobba här. Mina kompisar vet ju inte vad det här är. Vanliga medborgare tappar uppfattningen om var det finns problem. Dom flesta skulle nog hävda att matfattigdom inte finns i Sverige."*



I samtalen diskuterades två komplementära strategier för att hantera dessa problem. Den ena handlade om att "trycka uppåt"; den andra om att inleda samarbeten med lokala beslutsfattare främst inom kommunen om bland annat verksamhetens finansiering.

Trycka på:

*"Jag tror att samhället inte skulle fungera utan civilsamhället. Det kan ju vara bra eftersom frågor kan lyftas från en gräsrotsnivå till en hög nivå i samhället. Vi har ju möjlighet att trycka på. Så här måste ju civilsamhället finnas till och agera. Vi ska kunna sparka uppåt också."*

Samarbete:

*"Vi har drivit frågan och berättat om att vi kanske måste lägga ner om kommunen inte hjälper till att finansiera. Då säger dom "Matcentralen kan ni ju inte lägga ner, det är den viktigaste verksamheten i Uppsala!" Och då säger jag att vi kan ju inte gå runt på luft, vi måste ha ekonomi att driva verksamheten. Nu är det ju lite på gång, men det har tagit väldigt många år för dom att inse att dom måste gå in med pengar för att vi ska finnas."*

Det problem som Matkasseverksamheternas medarbetare tar upp analyseras som en följd av åtstramningar i samhället. Samtidigt är den horisont som målas upp i samtalet inte att återställa välfärden, utan att göra samhället medveten om de problem som finns för att kunna utveckla verksamheten; inte orsakerna till att den behövs.

### Åtstramning

I både Eskilstuna och Uppsala gled samtalet till orsakerna till behovet av en Matkasseverksamhet. I båda samtal beskrevs en tvådelad process; dels ökade kostnader för vardagen, där de ökande hyreskostnaderna nämndes speciellt, och dels en åtstramning när det gällde den hjälp man kunde få av kommunens verksamheter.

*"Jag tror att det är många som ser oss som deras sista chans. De har försökt allting och de är oftast väldigt besvikna på det kommunala systemet eller hur man kan få bidrag. Det är många som kommer hit och är bedrövade och ledsna. Men jag vet ju också att de har blivit väldigt hårda på soc. Förut kunde man ju få sån där matbidrag. Men jag vet flera barnfamiljer som inte får det längre så då blir det att de kommer till oss."*

*Ja, det har det och det har blivit mycket strängare regler så det drabbar ju den vanliga människan. Vi har haft ansökningsdag idag och det var anstormning med människor som är i kris. Så vi har nu, vi brukar ligga runt 65-70 medlemmar just idag ligger vi på 84. Och fler kommer."*

Även i samtalet i Uppsala togs de kommunala åtstramningarna upp. Där togs även upp situationen för de personer som kommit till Sverige och som inte har hunnit etablera sig och därmed kan ta del av det skyddsnet som är baserat på deltagandet på arbetsmarknaden.

*"Jag tror definitivt att efterfrågan och behovet är större nu. Dels har det flyttat jättemånga människor till Uppsala samtidigt som det inte finns tillräckligt många lägenheter, man är inte inne i samhällets skyddsnet och har inte stått i någon bostadskö. Då blir man tvungen att flytta in i en nyproduktion med hyror på kanske 13 000 kr om man vill ha tak över huvudet. Uppsala kommun går ju in med bostadsbidrag, men det är oftast bara under en kortare period."*

Men en etablerad situation räcker inte alltid.

*"Jag tror också att situationen sen 10 år tillbaka har förändrats så att förr var det mer fokus på hemlösa. Idag söker sig många till verksamheten som har både boende och jobb, men som inte får det att räcka till ändå"*

## Fråga 2. Vad är följderna för de som tar emot matkassen?

Samtalen i både Eskilstuna och Uppsala innehöll samma erfarenheter och reflektioner, men med olika betoningar. De professionellas erfarenheter låg nära brukarnas, utom på en punkt; risken med ett beroende av stöd.

### Minskad stress och bättre självkänsla

I Eskilstuna togs det normaliserade föräldraskapet som en av de främsta vinsterna med verksamheten:

*"Det positiva som jag tänker på är framförallt när man ser de här mammorna och papporna som säger att de har inte lika mycket psykisk stress när de vet att de kan ha mat på bordet till sin familj och då kan de lägga bort den biten och bara njuta här och nu när man har fått maten."*

Här diskuterades ett mer långsiktigt perspektiv; att Matkassen kunde hjälpa människor att skapa sig ett litet handlingsutrymme.

*"Det var det här vi var inne på; minskad stress, att man har kunnat spara ihop en liten buffert efter ett år känner man sig tryggare."*

Vidare lyftes en annan aspekt fram av hur Matkassen kunde inverka på en persons självkänsla i relation till sin sociala omgivning:

*"Vi har en kille som är sambo och som går ut bara en gång i veckan typ och det är när han kommer till oss. När han kommer hem till sin tjej som jobbar, så känner han att "matkassen är mitt bidrag till vårt förhållande". Du hör ju, självkänslan hos honom; att han går och hämtar någonting och kommer hem med det och sedan sitter de tillsammans och äter och pratar om det."*

Det knyter an till ömsesidighetsteman i brukarnas erfarenheter. Att kunna vara med och bidra på något sätt och inte bara ta emot. Ett annat tema från intervjuerna med brukarna som dök upp i fokusgruppernas samtal är verksamhetens betydelse för att bryta personers ensamhet och sociala isolering.

*"Många som kommer hit uttrycker också hur trevligt dom tycker det är att hämta kassen. Det är vanligt att man lever i isolering och inte träffar människor. Sen kommer man hit och får träffa folk och prata. Det blir en plats för socialt umgänge. Väldigt många bryter sin isolering eller eventuell sociala fobi just för att komma och hämta matkassen."*

### Guldkant

En möjlig skillnad mellan Eskilstuna och Uppsala var att samtalet i Eskilstuna tog upp sin strävan att deltagarna skulle kunna bygga upp en ekonomisk reserv under den tiden de fick matkassen, medan i Uppsala, som inte hade samma tidsgräns, så nämndes även möjligheten för deltagarna att bjuda sig själva på en "guldkant" i tillvaron med de pengar de kunde få över när de tog emot matkassen.

*"Våra deltagare behöver inte lägga lika mycket pengar på mat, kan man också se att familjer nu kan få råd att unna barnen andra grejer - till exempel ett par nya skor eller en biokväll. Man kan hitta på andra roliga saker för pengarna som bidrar till det psykiska välmående. Många som har djur uttrycker också sin tacksamhet för att dom får djurmat i matkassen och därmed har råd att ha kvar sitt djur, vilket i många fall är väldigt viktigt för dom."*

Här återkommer en rad "onödigheter" som togs upp av deltagarna; "lustbetonade saker" som bio eller nya kläder, men även djurens betydelse för en del, som påverkar självbilden och hur man mår.

### **Bättre kvalitet**

I Uppsala knöt man matkassens betydelse till en aspekt av matfattigdomen; matens kvalitet.

*"Den positiva delen är ju att man får frukt och grönt i kassen, alltid. Frukt och grönt är dyrt, och är man en familj som har det tufft ekonomiskt prioriterar man inte det när man handlar. Det blir ett viktigt tillskott i matkassen."*

Matkassen blir en möjlighet att förbättra sin kosthållning med varor som annars inte köps när man har en tight budget. När det ekonomiska tänkandet och budgetramarna kolliderar med hälsa och välmående.

Sammantaget ser vi en tydlig parallell mellan de professionella och deltagarnas tankar kring Matkassens följder för de berörda. Det gäller i första hand en trygghet när det gäller en av de centrala beståndsdelarna i människors vardag. Denna trygghet och det ekonomiska utrymme som den skapar får även följder för de inblandades självbild i och med att de möjliggör ett normaliserat liv på andra av vardagens fält, i första hand föräldraskapet, men även i andra sociala relationer.

### **Fråga 3. Hur tar ni emot nya Matkassemottagare?**

Många pratar om att de skäms när de kommer till er, men att det går över när de väl mött er. Vad är viktigt att tänka på?

Personalen i både Eskilstuna och Uppsala är medvetna om att många som kommer till dem upplever situationen som skamfylld, både i förhållande till sig själva och till andra.

*"Jag vet att det kan vara skämmigt att komma till oss och hämta mat. Jag minns speciellt en tjej som hade två barn. Hon skämdes mest för att hon hade råkat ut för en våldtäkt och kom till oss för att hon inte kunde få ordning på sitt liv. Hon satte sig på trappen och så grät hon första gången. Men då var det nog mest för att vi tog emot henne på ett bra sätt, som hon sa. Hon vart ledsen för att hon vart glad att hon väl hade tagit klivet innanför dörrarna, att hade haft modet och kommit."*

I Eskilstuna gör man en omfattande intervju i samband med att man ansöker om Matkassen:

*"Därför är det så viktigt med det första mötet här. Att de får berätta varför de ansöker om Matkassen; "Hur har du det i ditt liv?" Då har vi en bakgrund till hur man kan ta emot de som kommer sedan. Om det är någon som kanske har psykisk ohälsa, om det är någon som har blivit våldtagen, eller är det någon som har drogproblem eller någon som bara behöver hjälp för den har blivit arbetslös. Det finns så många skäl till att man behöver hjälp. Därför är bakgrunden viktig kan jag tycka."*

I samtalet betonas betydelsen att upprätta och utveckla en individuell relation med de som hämtar Matkassarna.

***”Man lär ju känna varje individ. Det viktiga är att de känner att någon som bryr sig; det tror jag är det primära: Hur gick det med lasarettbesöket? Fick du någon operationstid? Människorna i deras närhet växer nog inte på trån.”***

För att underlätta detta har man valt ett speciellt sätt att dela ut Matkassarna.

***”Regeln här är att vi har bara en gäst åt gången som kommer in och de andra får vänta utanför, just för att man ska känna sig trygg i sin situation. Man ska kunna prata om obekväma saker med oss och så ska man inte skämmas.”***

Samtalet i Uppsala kom att fokusera på den skam som de professionella hade uppmärksammat hos deltagarna och de beskrev hur de medvetet arbetade för att hantera den.

***”Vi jobbar väldigt mycket med att tydliggöra att det inte är fel att man kommer hit. Du har lika mycket rätt att få hjälp som vilken annan person som helst. Senast i veckan var det en deltagare som ville avsluta prenumerationen med motiveringen att ”det är så många andra som behöver hjälp, och vi har fått hjälp så himla länge nu”. Men man ska inte behöva känna ansvar för någon annan, vi hjälper ju så många vi kan.”***

Det finns tydliga paralleller mellan brukarnas och personalens erfarenheter både i Eskilstuna och Uppsala. Betydelsen av att bli sedd/se på brukarna som människor och inte som några som brustit i att leva upp till samhällets normer. Betydelsen av att se var och en som en person, och att tilltala var och en med sitt namn och ett tilltal avpassad till var och en.

***”Jag tror det beror på att vi är väldigt lättsamma. Det är inga konstigheter. Vi behandlar alla på samma sätt. Och när det kommer nya prenumeranter är vi väldigt tydliga med att informera om hur allt funkar.”***

***Du har en bra poäng i att vi är lättsamma. Det är inte så att vi tycker synd om folk som kommer hit. Vi behandlar dom på samma sätt som jag skulle behandla er om jag mötte er på gatan.”***

***Vi har inte inställningen att ”det är synd om dig” när dom kommer. Vi bemöter alla som vanliga människor. Vi småpratar och försöker skapa relationer. Vårt jobb blir ju också roligare när man kan skoja lite med dom som kommer.”***

Medarbetarna i båda verksamheterna betonade betydelsen av en personlig relation till deltagarna. Flera sätt att göra det nämndes.

***”Något jag tror vi gör omedvetet men som uppskattas, är att vi lär oss folks namn. Man lär sig när folk kommer och man får en jargong och interna skämt med alla. Det tror jag gör att folk känner sig speciella och inte bara som en i mängden.”***

Sammantaget beskrevs i båda fokusgrupper ett paradoxalt arbetssätt: Att å ena sidan möta de som hämtar matkassen som vem som helst och, å andra sidan, men samtidigt, möta dem som specifika personer; som vem som helst, och ändå speciella.

Även här fokuserar de professionella på mottagarnas självbild genom att minska deras skuld- och skamkänslor på flera olika sätt. Flera av de sätten som nämns för att uppnå detta kan verka paradoxala, som att vara ”lättsam” och ”att inte tycka synd om”. Med tiden uppstår även ett alltmer personligt tilltal till deltagaren som upphör att vara en ”deltagare” för att bli en person med namn, med en historia, med bekymmer och tillkortakommanden, men även med kunskaper och förmågor samt ett liv utanför Matkasseverksamheten.

## Fråga 4. Kopplingen till Stadsmissionens Värdegrund

I Stadsmissionens värdegrund står det att Stadsmissionens uppdrag är att vara i ständig rörelse, på väg, för att möta medmänniskan utifrån hennes förutsättningar och gemensamt forma en väg för förändring. Uppdraget i relation till människan är att se, lindra, förebygga och förändra. Arbetet präglas av fokus på det individuella behovet i syfte att stärka den enskildes makt över sitt eget liv och därigenom åstadkomma varaktig förändring. Hur tänker ni på det i förhållande till en tidsgräns för hur länge man får hämta en Matkasse?

### (O)beroende?

I Uppsala har man ingen tidsgräns för hur länge en person kan ta emot Matkassen och Matkasseverksamheten är inte direkt kopplad till andra insatser inom Stadsmissionen. Däremot har man betydligt flera personer som tar emot Matkassen.

I Eskilstuna har man både en tidsgräns på ett år och andra insatser kopplade till Matkasseverksamheten som budgetrådgivning. Här bör dock påpekas att ingen som jag intervjuade i Eskilstuna nämnde tidsgränsen eller budgetrådgivningen. Däremot berättade flera om aktiviteter som jullunchen och en sommarkollo. Under fokusgruppsintervjun nämndes också en sjuksköterska som kommer till Stadsmissionen en dag i veckan och två organiserade bussutflykter under 2019. Tidsgränsen beskrivs även som något flexibel: "Vi är inte emot att man i enskilda fall kanske kan förlänga medlemskapet med ett par tre månader." Sedan "måste man ha ett uppehåll på ett år innan man får komma tillbaka".

Trots dessa olikheter aktualiserades ett tema i både Eskilstuna och Uppsala. Det handlade om risken att de som tog emot Matkassen skulle bli beroende av den hjälpen. Denna oro handlade om att Matkassen skulle upplevas "som en rättighet" och verksamheten "som en vanlig butik".

Beroendet ses då mer som en personlig egenskap, någonting inuti personen, än följderna av sociala omständigheter. Här framträder i fokusgruppintervjuerna olika undergrupper, som de *med ett pågående missbruk* och som kan finansiera sitt missbruk med pengar som de sparar tack vare verksamheten, de som har *psykiska problem* och som inte förmår planera sitt liv rationellt. En tredje undergrupp är *de som blir beroende av stödet* för att de invaggas i en form av trygghet och som de hoppas skall kvarstå. Missbruket, de psykiska problemen och den falska tryggheten gör att människorna inte söker sig till arbetsmarknaden eller studier, vilket leder till ett fortsatt behov av stöd; ett beroende. De sociala omständigheterna som hade diskuterats när fokusgruppsamtalen handlade om orsakerna bakom att människor ansökte om att vara med i Matkasseverksamheten tonades ner i detta sammanhang.

Beroendefrågan märks på liknande sätt i Eskilstuna och Uppsala. Det finns en risk att folk tar verksamheten som given. Den andra risken är att man får högre krav på vad man kan få i sina matkassar.

***"Vissa tror nästan att det här är som en butik där dom själva kan välja vad som ska vara i matkassen. Det kan nästan bli att man vänjer sig, att man får lite fel uppfattning om hur det fungerar. Man kan uppfatta oss som en trygg punkt, vilket vi också är, fast samtidigt inte. Vi vet ju inte om vi kommer finnas nästa år. Vissa deltagare kanske struntar lite i att ordna upp just matdelen i sitt liv och tänker att den tryggheten alltid kommer finnas hos oss."***

Men verksamheten är inte given. I Uppsala påpekade man att själva verksamheten i sin tur är beroende av externt stöd från år till år. Även i Eskilstuna där man får vara medlem under ett år beskrevs samma erfarenhet.

***"Om man ska ta det negativa så tror jag att man verkligen får vara uppmärksam på att inte folk tar det här för givet och bara blir passiva och ska bara ha."***

Risken att folk blir passiva och tar verksamheten som given utan att försöka förändra sin situation var en aspekt av beroendet. Den andra aspekten verkar röra förhållandet till verksamheten. Vi såg det uttryckas i Uppsala som "att det här är som en butik". Samma fråga togs även upp i Eskilstuna

***"Det blir väldigt lätt att man tar för givet. Du ska ge mig mjölk. Jag ska ha. Jag ska ha. Det blir nästan som en rättighet. Det är ju där vi måste bromsa ner. Vissa grejer får du faktiskt handla i affären. Det här är ingen gratisaffär du kommer och handlar på."***

På bägge orter beskrevs erfarenheter av beroende som ett tillstånd som kunde uppstå efter några månader i verksamheten.

Men beroendet är inte enbart eller främst ett psykologiskt tillstånd, utan även en social realitet för flera mottagare. Även om en del mottagare lämnar Matkasseverksamheten efter att ha fått förändrade socio-ekonomiska villkor, så finns det de vars situation inte förändrats.

***"Bland familjerna som inte har något drogproblem, så är det många som varit på budgetrådgivning och tackar oss för att de har kunnat klarat sig så bra och fått ihop ett litet kapital och kan sen liksom stå på egna ben."***

I Eskilstuna blir det tydligt att en del inte lyckas komma till ett ekonomiskt oberoende under året.

***"Det är därför vi måste säga i god tid också nu tar din tid snart slut så att det inte kommer som en överraskning. Det är inte alla som blir så himla positiva "vad ska jag göra nu då, situationen ser ju ut precis samma som den alltid har gjort". Vi kan ju inte göra så himla mycket."***

Två grupper nämndes speciellt när det gällde risken att bli "oberoende".

***"Det finns ju dem som kommer aldrig komma vidare, det vet man ju också. Vi har inte kompetensen och kapaciteten att hjälpa dem helt enkelt. Det är oftast de med psykisk ohälsa. De som är riktigt illa drabbade och som vi inte når ut till och som kanske inte går på en budgetrådgivning eller som inte besvärar sig med att spara pengar utan deras fokus ligger på att orka komma ur sängen och komma till oss och hämta kassen och vi kanske är de enda människorna de träffar på hela dagen. Och de har vi väldigt svårt att liksom styra om."***

Det kan till och med vara att några använder sig av det ekonomiska utrymmet som Matkassen skapar för att missbruka mer.

***"En negativ aspekt som finns är ju gällande folk som befinner sig i ett beroende. Om dom känner tryggheten att dom kan hämta mat hos oss, kan dom lägga pengarna på sitt beroende istället. Det är väl det enda som kan vara negativt."***

Sammantaget beskriver de professionella en rad dilemman som deras arbete innebär och de ofta paradoxala sätt att hantera dessa dilemman som de utvecklat. Trots olikheterna mellan de olika orternas sätt att organisera sitt arbete och de olika deltagarna som intervjuats, finns ett flertal samstämmiga erfarenheter som tas upp av medarbetarna (och även av deltagarna) och som vi återkommer till i slutdiskussionen.



## Diskussion

Under de senaste åren har klyftorna mellan rika och fattiga ökat i Sverige. Samtidigt har värdet i ersättningarna och bidragen i de olika socialförsäkringarna minskat. I sin Fattigdomsrapport skriver Sveriges Stadsmissioner (2019):

***”Att stadsmissionerna delar ut mat är i sig inte nytt – snarare är det en av de traditionella verksamheterna. Socialt inriktade frivilligorganisationer brukar dock anses spela en ganska begränsad roll i den svenska välfärden. Att stadsmissionernas arbete i fråga om mat nu når en större omfattning i en sedan länge etablerad välfärdsstat väcker naturligtvis frågor, inte minst kring samhällets mest utsatta grupper.”***

2016 började Sveriges stadsmissioner att arbeta systematiskt med att ta emot överskottslivsmedel från butiker och producenter och packa det i matkassar och dela ut dem till behövande. Varor som var på väg att nå sitt bäst-före-datum samlades in och delades ut. Idag är matstödet Stadsmissionens vanligaste insats riktad mot människor i ekonomisk utsatthet. Mer än 1000 människor hämtar varje vecka sin matkasse i en stadsmission,

Sveriges Stadsmissioner beslutade därför om att följa upp denna insats. Vad tyckte de berörda om den? Hur påverkade den deras situation? Och vilka var medarbetarnas erfarenheter av verksamheten?

Dessa frågor undersöktes på tre sätt; med en enkät till samtliga deltagare, en intervju med 17 av dem samt två fokusgruppsmöten med medarbetare. Två städer valdes ut för denna uppföljning; Eskilstuna och Uppsala, då de ansågs ha utvecklat två olika sätt att arbeta.

Ur både enkätsvaren och de individuella intervjuerna med deltagarna har det inte varit möjligt att särskilja de olika arbetssätten som utvecklats i Eskilstuna respektive Uppsala. Dominerande i intervjuerna var ett antal *gemensamma faktorer*, oberoende modell. Vi återkommer till dessa. I svaren framkom inte några specifika särskiljande drag mellan modellerna.

Matkasseverksamheten är en social insats som leder till att människor får mer näringsriktig kost på sitt bord och verkar kunna utveckla sin repertoar av maträtter, men även kunna skapa sociala stunder kring maten. *Verksamheten angriper alltså olika aspekter i matfattigdomen.*

Både enkät- och intervjusvaren visade att matkasseverksamheten är en *mycket uppskattad verksamhet* av dem som får ta del av den. Att delta i denna verksamhet verkar kunna leda till att människor som lever under svåra ekonomiska umbäranden får *ett andrum* i sin pressade tillvaro. I en del fall ger detta andrum dem en möjlighet att ta itu med orsakerna bakom deras ekonomiska utsatthet. I andra fall ser/har inte de berörda, trots det andrum de fått, någon möjlighet att förändra sina levnadsvillkor. I många fall utgör själva andrummet ett läkande utrymme för att återhämta sig som individ och som föräldrar. Detta påverkar även barnens situation.

Rapporten har studerat vad detta andrums följder bestod av för olika människor. De teman som har lyfts fram är i många fall sammanvävda men presenterades var för sig i resultatdelen.

Central var en erfarenhet av *normaliserade levnadsvillkor*. De normaliserade levnadsvillkoren handlade om ett materiellt tillskott som innebar att inte behöva oroa sig för basala behov inom den närmaste framtiden. Det beskrevs även leda till en normalisering av föräldrarollen (och barnens uppväxtvillkor) och av den enskilda individen i deras egna ögon.

Förhållandet mellan välgörenhet i meningen att erbjuda människor saker de saknar; en plats att bo/sova, mat, pengar och i meningen att försöka förändra dem i samband med välgören-



heten löper som en röd tråd i denna typ av verksamhet, men även när det gäller offentliga former av stöd.

I denna diskussion kommer vi att fokusera på två frågor; (1) Matkasseverksamheten och deltagarnas självbild och (2) Matkassen som ett instrument för förändring och oberoende eller enbart som ett stöd, med risk att skapa ett beroende av stödet.

## Matkassen och självbild

Utöver själva det materiella tillskottet som matkassen utgör lyfte alltså många av de intervjuade deltagarna ett relationellt moment. En bidragande anledning till normaliseringen var det *bemötande* som utvecklats på respektive ort vi studerat när det gäller både ansökningsförfarandet om att vara med i Matkasseverksamheten och själva matkasseutdelningstillfället. Återkommande i samtalet var att dessa bidrog till att *minska de skamkänslor* som hörde ihop med att inte klara av sin situation på egen hand, utan att behöva be om stöd. Ansökningsförfarandet betecknades som enkelt och mötet med verksamheternas medarbetare som positivt enligt deltagarna och präglad av "lättsamhet" av medarbetarna. Centralt var att deltagarna *inte reducerades till ett misslyckande* att leva upp till normen om att man ska klara sig själv. En annan aspekt av bemötandet som lyftes fram var olika sätt att *individualisera matkassen* och anpassa dess innehåll till respektive personen. Det gällde både olika matvanor, barns lustfyllda behov och djurinnehav.

En tredje aspekt var att det *ekonomiska överskottet* som kunde uppstå i och med att man mottog en matkasse i veckan kunde brukas till vad som upplevdes som *lustfyllda aktiviteter*. Viktigt kan vara att betona att dessa lustfyllda aktiviteter kan anses höra till normala konsumtionsmönster i den övriga befolkningen (köpa sig ett klädesplagg, gå på bio, osv).

Studier i fattigdomspsykologi (Underlid, 2005; 2008) bekräftar flera fynd som redovisats i denna uppföljning, när det gäller fattigdomens följder i välfärdsländer för de drabbade personernas självbild.

De fattiga delar den rådande normen om att man ska klara sig själv och att de misslyckats med att leva upp till den och därmed är misslyckade. "Fattigdomens politiska ekonomi" (Underlid, 2008, 220) i en värld som definierar sig själv som en meritokrati, där en persons värde uttrycks i pengar, innebär att den som inte har pengar bedöms av andra och av sig själv som värdelös (Björk, 2020).

Den fattige och hans familj drabbas av handlingsbarriärer, aktivitetsbegränsningar (det vi kallat för "att inte kunna och att avstå från"), som kan leda till en passivisering. (216). Ytterligare en konsekvens är en osäkerhet inför ens egen framtid, då personerna upplever eller har erfarenhetsbaserad kunskap om att de har små möjligheter att påverka den. Att söka stöd hos myndigheter kan vara förenat med erfarenheter av mikro-aggressioner eller mikro-kränkningar (Sue, 2010. Topor et al, 2018), som långa väntetider, oklara beslutgrunder för prövningen av ens behov av stöd och misstro, som underminerar ytterligare den egna självbilden (Underlid, 2008, 218).

Sociala förhållanden (fattigdomen) leder till allvarliga psykologiska följder vilka i sin tur påverkar personernas hälsa negativt, och inte bara den psykiska hälsan, utan även den somatiska (ref). Fattiga människor har flera år kortare livslängd än andra (Folkhälsomyndigheten, 2019). Just somatiska sjukdomar var ett tema som återkom i samtalen med deltagarna. Intervjuade skildrade liv präglade av smärtor, men också av osäkerhet angående smärtornas orsaker, möjligheten att få adekvat behandling, väntetider för undersökningar och kirurgiska ingrepp, osäkerhet om diagnoser och behandlingarnas eventuella effektivitet och vad skulle hända med dem om inte behandlingsinsatserna innebar bot eller i alla fall lindring.

"Fattigdom producerar argsinthet, rädsla, tristess samt skuld- och skamkänslor", skriver Underlid, när han ska beskriva "fattigdomens psykologiska essens" (219). Underlid summerar vidare de psykologiska följderna av långvarig fattigdom inom ramen för en socio-psyko-bio-modell. (1) Otrygghet, (2) Svag eller förlust av autonomi, (3) Social devalvering och (4) Otrygghet och svag självbild. Erfarenheterna som Underlid nämner utgör beståndsdelar i en självbild som försvårar ytterligare för individen och för dem som försöker stödja dem att komma vidare. En negativ självbild motverkar möjligheterna till förändring av de egna livsvillkoren.

Dessa följder av ett liv i fattigdom framkom även i denna uppföljning, när deltagarna beskrev hur matkasseverksamheten hjälpt dem. Det handlade om minskade skamkänslor. Det handlade även om att känna sig trygga, om minskad stress och om ett vidgat handlingsutrymme.

*Matkasseverksamheten är en social verksamhet som kan ha betydande psykologiska effekter när det gäller deltagarnas och deras familjers självbild. Alltså inte bara en normalisering av levnadsförhållandena, utan även av relationerna inom familjen (uppväxtvillkoren och föräldraskapet) och av individernas självbild.*

Både i fokusgrupperna med medarbetarna och i samtalen med deltagarna har det framgått att deras möten spelar en viktig roll för hur deltagarna uppfattar sig själva. Att möta dem som personer med egenskaper bortom behovet av stöd kan (åter)skapa en individ. Det handlar om att ha ett namn som medarbetaren kommer ihåg, att föredra en viss typ av mat, att medarbetaren uppmärksammar högtider i deltagarens liv. Det handlar även för medarbetarna om att ha ett utrymme för att kunna bjuda på "det lilla extra", *lustfyllda onödigheter* som lyfter ytterligare personen från "knapphetens tyranni" (Underlid, 2008). I forskningslitteraturen har betydelsen av mikro-bekräftelser uppmärksamats (Rowe, 2008, Topor et al, 2018). Rowe definierade begreppet som:

***"Små handlingar ofta av tillfällig art som är svåra att se, som kan ske privat eller offentligt, ofta omedvetet, men som är mycket effektiva och som inträffar närhelst människor vill hjälpa varandra att lyckas." (46)***

Skatvedt (2006) lyfter även fram att dessa mikro-bekräftelser får en än större betydelse för personens självbild om de kommer från professionella, som kan ses som "officiella" representanter för normaliteten.

Mötet med matkasseverksamheten och de som arbetade i denna verksamhet beskrivs i kontrast till erfarenheterna från möten med representanter för det offentliga stödet, främst när det gäller ekonomiskt bistånd. I matkasseverksamheten mötte de tydliga och begripliga villkor för att få vara med i verksamheten. De berättade om en ansökningsprocess som verkar sträva att försöka placera individen i sitt livshistoriska sammanhang.

Individualiseringen inom ramen för en generell insats har kallats för "det lilla extra", och är ofta relaterad till lustfyllda aspekter av livet som inte ingår i myndigheternas beräkning- ar av existensminimum och försörjningsstödsnormen.

Individualiseringen har två sidor som kan kopplas till *tillit*. Dels handlar det om tillit till medarbetarna vars insats inte regleras av några specifika standardiserade och detaljerade schemalagda metoder. Här finns **en "metod" för att improvisera** och möta just den individ som hämtar sin matkasse i stunden. Dels handlar det om en tillit till deltagarna. *Matkassen skapar ett materiellt handlingsutrymme som inte regleras och kontrolleras av Stadsmissionens medarbetare.* Det innebär en motvikt till den förkrympta autonomi som

fattigdomen innebär med möjligheten att skaffa sig vad som ur ett rationellt budgetmässigt tänkande skulle kunna betraktas som "onödigheter", men som även kan ses som:

- En återerövring av en viss autonomi.
- Lustfyllda erfarenheter.
- En social uppvärdering i egna och andra ögon.

Lustfyllda erfarenheter har beskrivits som en viktig och ofta negligerad bidragande faktor till personers återhämtning från psykiska problem, bland annat för att de bygger en grund för en persons självbild, som någon bortom sina problem (Davidson et al., 2006). Sammantaget verkar det som att handlingsutrymmet som tilliten till både medarbetarna och deltagarna skapar en annorlunda praktik. En praktik där båda parterna kan utveckla sig bortom de fastställda rollerna som professionell och expert respektive biståndsberedande och misslyckad. Denna praktik öppnar för möjligheten till en förbättrad självbild hos båda parter genom deras vardagliga samspel, den konkreta sociala responsivitet som de utvecklar (Asplund, 1987; Skatvedt, 2017) och som skildrats av både deltagare och medarbetare. Den handlar om att möta varandra som individer bortom rollerna som, å ena sidan, fattig bidragsmottagare som misslyckats med att leva upp till det mest grundläggande kriteriet i samtidens moral; att klara sig själv och, å andra sidan, centralstyrda professionella, vars praktik bygger på en uppdelning av mottagarna i klara diagnoser/problemgrupper med standardiserade svar för var och en av dessa kategorier.

Tilliten vidgar både medarbetarnas och deltagarnas handlingsrepertoar och därmed deras självbild. Här finns därmed ett utrymme för sam-skapande och brukarmedverkan i vardagspraktiken (Clark, 2015; Matschek et al., 2018; Rose & Kalathil, 2019). Utöver själva maten och det ekonomiska utrymme som den skapar verkar det centrala bidraget som Matkasseverksamheten erbjuder deltagarna inte vara avhängig av en matkassemodell, utan av gemensamma moment som vi funnit i båda verksamhetsmodeller som vi följt upp. Det handlar om en stödjande, individualiserande icke moraliserande och icke kontrollerande ansats hos medarbetarna som även öppnar för möjligheten till lustfyllda moment i deltagarnas vardag. Den bygger även på en tillit från stadsmissionerna till sina medarbetare. Dock.

En mer positiv självbild i samband med att en person får stöd har dock även setts som ett problem. Utan skam, skuld och stress samt oro om framtiden riskerar personen att upphöra att sträva efter att förändra sin situation. Hen blir inte motiverad till förändring, utan riskerar att hemfalla åt ett bidragsberoende.

## (O)beroende?

En central fråga som går genom de olika samtal vi har haft handlar om Matkassens grundläggande karaktär, dess syfte och följderna i termer av beroende/oberoende. Det är frågeställning som återkommer i det sociala- och välgörenhetsarbetets historia. Zelizer (1994) skriver om detta dilemma inom det sociala och välgörenhetsarbetet under 1800-talets slut och i början på 1900-talet:

*"From the start consumer experts were caught between the principle of freedom of consumption and the problem of incompetent consumers. (...) Making wise choices was thus at the core of America's new consumer society. " (31)*

Men vad betydde det att använda sina resurser på ett visst eller inkompetent sätt? Vem skulle bestämma vad som var visst? Och kanske främst; hur skulle man få folk att göra vad man ansåg vara vana val? Diametralt olika synpunkter förekom mellan olika bidragsgivare och mottagare. De...

*"... disagreed about the extent to which the charity constituted a free gift among equals, an entitlement merely expedited by the charitable agent, sympathetic help to a dependent, or something else. For instance, did the social worker' bestowal of money involve the right to tell families how to spend? Or did charitable income, once it entered the households of the poor, become their property? " (171)*

Ska människor få bidrag utan motkrav, enbart för att de är fattiga. Detta skulle då kunna leda till att pengarna spenderades på "fel" saker och att de inte skapade någon buffert inför sämre tider. Dessutom riskerar villkorslöst stöd att medföra ett beroende hos dem som tar emot det.

Eller ska människor få villkorade bidrag. Villkoren skulle kunna vara att stödet förmedlades på olika sätt. Ett exempel skulle vara i form av kuponger för vissa "önskvärda" varor (och inte andra; "dåliga" (sprit) eller "onödiga" (nöjen)) eller i form av krav på deltagande i olika uppbyggliga aktiviteter (budgetrådgivning). En annan typ av villkor skulle kunna vara tidsbegränsning av stödet, oberoende individens aktuella behov eller koppla det till mätbara förbättringar. Dessa villkors syfte är att utveckla förmågor hos de berörda att använda pengarna på ett klokt sätt som leder till att de, på sikt, blir oberoende av stödet och klarar sig själva "på egen hand".

Frågan om att matkasseverksamheten riskerade att skapa ett beroende hos deltagarna togs aldrig upp i samtalen med intervjupersonerna. Många tog spontant upp att de skulle lämna sin plats i verksamheten så snart som de kunde. Andra såg ingen sådan framtid där deras ekonomi skulle förbättras. De beskrev inget psykologiskt beroendetillstånd, utan ett materiellt. Några av de sistnämnda nämnde ett missbruks- och/eller psykisk hälsa problematik. Men långt ifrån alla.

Medarbetarna i båda fokusgrupperna tog däremot upp risken med ett beroende av verksamhetens stöd. Indirekt skissas i de arbetssätt som utvecklats och i fokusgruppsamtalen i Eskilstuna respektive Uppsala två sätt att hantera den situationen.

Det första bygger på att perioden i matkasseverksamheten tidsbegränsas. Under den tiden erbjuds deltagarna olika former av stöd och aktiviteter utöver matkassen. Det rör sig om exempelvis budgetrådgivning. När tidsgränsen närmar sig är det möjligt att urskilja vilka som är på gång att skapa sig en egen bas och därmed ett minskat beroende av verksamhetens stöd. För denna grupp kan tidsgränsen anpassas något så att de kan fullborda den utvecklingsprocess de befinner sig i. För de andra avbryts kontakten efter ett år med möjligheten att återkomma ett år senare med en ny ansökan. Det rör sig om personer som medarbetarna inte anser sig ha kompetensen och tidsutrymme att hjälpa och som riskerar att utveckla ett beroende av stödet.

En sådan selektering och fokus på de som bedöms kunna komma vidare kan naturligtvis verka vara mer "effektiv" för den gruppen som den förmår hjälpa vidare. Dock innebär selekteringsförfarandet vissa osäkerheter och arbetssättet kräver större insatser. Insatser dels vid urvalet av den "rätta gruppen" och dels genom att den utvalda gruppen erbjuds mer omfattande stöd vars effekt bör följas upp. Resurser måste läggas på en administrativ apparat som ramar in själva stödet. Stödet når därmed en mindre grupp personer i behov av hjälp. Följden blir även att en utsatt grupp hamnar utanför både de offentliga regionala och kommunala insatserna men även de frivilliga organisationernas stöd.

Det andra arbetssättet handlar om att ta emot alla man förmår på grundval av deras ekonomiskt utsatta situation och utan någon annan tidsgräns än verksamhetens egen överlevnad. Här fokuseras resurserna på själva insamling och utdelning av varor till så många som möjligt. Förekomsten av andra stödinsatser är ingen integrerad del i själva matkasseverksamheten, även om sådana insatser kan erbjudas inom såväl Stadsmissionens ram som

utanför. De vars socio-ekonomiska situation förbättras går sedan vidare (oberoende) och lämnar sin plats åt andra. I detta fall betonas beroendet av stöd som ett materiellt, och inte främst psykologiskt, grundat beroende. På sikt är risken att utrymmet att ta emot nya deltagare kommer att minska då andelen som inte kommer vidare ökar med tiden.

Synen på (o)beroende kan problematiseras ur ett annat perspektiv. För en del personer som hamnar i behov av stöd kan en period av beroende av stöd även vara en period då hen (åter)skapar ett "återhämtningskapital" (Tew, 2013; Topor et al., 2018), både materiella, relationella och individuella resurser som hen kan bruka när det etablerats. Flera personer som vi samtalade med tog upp att utöver det materiella stödet och förbättring av deras självbild som deltagande i matkasseverksamheten inneburit, så hade den (åter)givit dem en tro på samhället och en vilja att engagera sig i någon liknande verksamhet; att ställa sin nyvunna kapital till andras förfogande.

*"... det ger en också lite mer glädje, för mig i alla fall, att se en altruism i den här världen och att det finns människor som gör det här och att världen inte bara är en dyster och mörk plats, utan att det finns också humanism och omtanke och värme i den också. Det kan, det tror jag säkert många ändå känner, göra den största skillnaden. Det finns mörker, men det finns annat också då." U10*

Slutligen kan frågan om matkassens stöd inte frikopplas från Sveriges Stadsmissionernas övriga arbete, som medarbetarna uttryckte i termer av att *utveckla ett samarbete* med olika myndigheter med syfte att *trycka på* eller *sparka uppåt* på dem för att påverka dem i deras arbete med människor i samhällets marginaler.

## Slutsatser inför framtiden

Matkasseverksamheten uppskattas av deltagarna som en konkret hjälp i deras vardag. Denna konkreta hjälp har även ett antal följder i form av minskad stress, oro och otrygghet samt i form av bättre möjligheter för ett gott föräldraskap och bättre uppväxtvillkor för barnen.

De arbetssätt som utvecklats på båda orterna som följts upp utgör konkreta försök att hantera det ofrånkomliga dilemmat mellan att "hjälpa många" och "hjälpa färre vidare". Bortom skillnaderna mellan de olika arbetssätten har likheterna mellan de båda modellerna lyfts fram av deltagarna. Den framtida verksamhetsutvecklingen bör ta tillvara denna gemensamma kärna som deltagarna ansåg var till hjälp för dem.

Hjälpen innebär vidare möjligheten att utveckla en mer positiv självbild och förtroende/tillit till samhället, vilka kan bilda grunden för en återhämtningsprocess tillbaka till en vardag oberoende av ekonomiskt stöd.

För en del av deltagarna är en framtid utan behov av en sådan hjälp osäker. I en samhällsutveckling där kraven för medverkan på arbetsmarknaden ökar och välfärdsstatens sociala trygghetsnät urholkas kommer behovet av insatser som Matkasseverksamheten utgör att öka.

Därför är det också fortsatt viktigt med det informations- och opinionsbildningsarbete som Stadsmissionen arbetar med både på lokal och nationell nivå. Ett arbete vars yttersta syfte är att avskaffa behovet av matkasseverksamheterna.

# Referenser

- Alcock, P. (2006). *Understanding poverty* (3th ed). New York: Palgrave.
- Asplund, J. (1987). *Det sociala livets elementära former*, Göteborg: Korpen.
- Bergmark, Å. (2016). *Ekonomiskt bistånd: försörjningsvillkor och marginalisering – ett hinder för jämlik hälsa* Kommissionen för jämlik hälsa. Underlagsrapport nr 1.
- Björk, N. (2020). *Om man älskar frihet. Tankar kring det politiska*. Stockholm: Wahlström & Widstrand.
- Blau, P. M. (2008). *Exchange & power in social life*. New Brunswick: Transaction Publishers.
- Boyle, M. (2020). Power in the Power Threat Meaning Framework, *Journal of Constructivist Psychology*, DOI: 10.1080/10720537.2020.1773357
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology, *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77-101.
- Braun, V., & Clarke, V. (2016). (Mis)conceptualising themes, thematic analysis, and other problems with Fugard and Potts' (2015) sample-size tool for thematic analysis. *International Journal of Social Research Methodology*, 19, 739–743. doi:10.1080/13645579.2016.1195588
- Brinkmann, S. (2016). *Diagnostic cultures. A cultural approach to the pathologization of modern life*. New York: Routledge.
- Clark, M. (2015). Co-production in mental health care. *Mental Health Review Journal*, 20, 1361-9322.
- Davidsson, T. (2016). Är arbete inkluderande? Ett kritiskt perspektiv på det tidiga 2000-talets arbetslinje. In F. Petersson & T. Davidsson (red) *Social exkludering. Perspektiv, process, problemkonstruktion*. Lund: Studentlitteratur. 59-86.
- Davidson, L., Shahar, G., Staeheli Lawless, M., Sells, D. & Tondora, J. (2006). Play, pleasure, and other positive life events: "Non-specific" factors in recovery from mental illness? *Psychiatry*, 69, 151-163.
- de Figueiredo, J.M. (2012). Deconstructing demoralization. Subjective incompetence and distress in adversity. In R.A. Alarcon & J.B. Frank (eds.) *The psychotherapy of hope. The legacy of Persuasion and Healing*. Baltimore. The Johns Hopkins University Press.
- Folkhälsomyndigheten (2019). *Ojämlighet i psykisk hälsa i Sverige. Hur är den psykiska hälsan fördelad och vad beror det på?* Solna: Folkhälsomyndigheten.
- Frank, J. (1974). Psychotherapy: The restoration of morale, *American Journal of Psychiatry*, 131, 271-274.
- Jonsson, G. (1969). *Det sociala arvet*, Stockholm: Tiden.
- Karlsson, M. (2019). Matfattigdom i välfärdsstaten. *Socialmedicinsk Tidskrift*, 96, 106–115.
- Matscheck, M., Ljungberg, A. & Topor, A. (2020). Beyond formalized plans: User involvement in support in daily living – users' and support workers' experiences. *International Journal of Social Psychiatry*. 66, 156-162. DOI: 10.1177/0020764019894603
- Mood, C. & Jonsson, J.O. (2015). The social consequences of poverty: An empirical test on longitudinal data, *Social Indicators Research*, 27, 633-652. DOI 10.1007/s11205-015-0983-9
- Nirje, B. (1985). The basis and logic of the normalization principle. *Australian and New Zealand Journal of Developmental Disabilities*, 11, 65-68.
- Nirje, B. (2003). *Normaliseringsprincipen*, Lund: Studentlitteratur.



- Näslund, H. (2020). *Personalising service user engagement. Entrepreneurs and membership organisations in the mental health sector*. PhD. Thesis. Umeå University: Department of social work.
- Offer, S. (2012). The burden of reciprocity: Processes of exclusion and withdrawal from personal networks among low-income families, *Current Sociology*, 60, 788-805. DOI: 10.1177/0011392112454754 2012 60: 788
- Pettersson, U. (2014). Om socialtjänstlagen, in U. Pettersson (red) *Tre decennier med socialtjänstlagen. Utopi, vision, verklighet*. Stockholm: Gleerups. 21-28.
- Prilleltensky, I. (2005). Promoting well-being: Time for a paradigm shift in health and human services. *Scandinavian Journal of Public Health*, 33 (Suppl 66): 53–60.
- Read, J. (2010). Can Poverty Drive You Mad? 'Schizophrenia', Socio-Economic Status and the Case for Primary Prevention, *New Zealand Journal of Psychology*, 39, 7-19.
- Read, J., van Os, J., Morrison, A.P. & Ross, C.A. (2005). Childhood trauma, psychosis and schizophrenia; a literature review with theoretical and clinical implications, *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 112, 330-350.
- Rose, D. & Kalathil, J. (2019). Power, privilege and knowledge: the untenable promise of co-production in mental "health", *Frontiers in Sociology*. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2019.00057>
- Rowe, M. (2008). Micro-affirmations and micro-inequities. *Journal of the International Ombudsman Association*, 1, 45-48.
- Skatvedt, A. (2006). De vakre i det alminnelige. *Sosiologi I Dag*, 36, 37-58.
- Skatvedt, A. (2017). The importance of «empty gestures» in recovery: Being human together, *Symbolic Interaction*, 40, 396–413.
- SOU (2019). *Långtidsutredningen 2019. Huvudbetänkande*. SoU 2019:65.
- Standing, G. (2011). *The precariat – The new dangerous class*. London: Bloomsbury
- Starrin, B. (2010). Skam och fattigdom, *Sociomomens Forskningssupplement*, Socionomen, 4, 48-55.
- Sue, D.W. (2010). *Microaggressions in everyday life: Race, gender, and sexual orientation*. Hoboken: John Wiley & Sons.
- Sveriges Stadsmissioner (2018). *Välfärdssamhället krackelerar*. [https://www.stadsmissionen.se/sites/default/files/2019-12/Fattigdomsrapport\\_2018\\_sveriges\\_stadsmissioner.pdf](https://www.stadsmissionen.se/sites/default/files/2019-12/Fattigdomsrapport_2018_sveriges_stadsmissioner.pdf)
- Sveriges Stadsmissioner (2019). *Fattigdomsrapport. Tema Matfattigdom*. [http://www.sverigesstadsmissioner.se/files/5315/7128/0350/SV\\_Stadsmissioners\\_fattigdomsrapport\\_2019.pdf](http://www.sverigesstadsmissioner.se/files/5315/7128/0350/SV_Stadsmissioners_fattigdomsrapport_2019.pdf)
- Swärd, H. (2010). Fattigdom i forskningen, *Sociomomens Forskningssupplement*, Socionomen, 4, 12-20
- Topor, A. (2016). Det sociala livets ekonomiska villkor, i G. Andersson, P. Bülow, A. Denhov & A. Topor (red.) *Från patient till person – Om allvarliga psykiska problem, Vardag, vård och stöd*, Lund: Studentlitteratur.
- Tew, J. (2013). Recovery capital: what enables a sustainable recovery from mental health difficulties? *European Journal of Social Work*, 16, 360-374.
- Topor, A. & Ljungqvist, I. (2017). Money, Social Relationships and the Sense of Self: The Consequences of an Improved Financial Situation for Persons Suffering from Serious Mental Illness, *Community Mental Health Journal*, 53, 823–831.



Topor, A., Skogens, L. & von Greiff, N. (2018). Building trust and social capital - The professionals' practice. *Advances in Dual Diagnosis*, 11, 76- 87.  
<https://doi.org/10.1108/ADD-11-2017-0022>

Wilkinsson, R. & Pickett, K. (2010). *Jämlikhetsanden: Därför är mer jämlika samhällen nästan alltid bättre samhällen*. Stockholm: Karneval Förlag.

Underlid, K. (2005). *Fattigdomens psykologi; Opplevning av fattigdom i det moderne Noreg*. Oslo: Samlaget.

Underlid, K. (2008). Fattigdommens lukt og smak -Funn frå ein studie om korleis fattigdom vert opplevd, *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 5, 213-222.

Wilkinsson, R. & Pickett, K. (2018). *The inner level. How more equal societies reduce stress, restore sanity and improve everyone's well-being*. London: Penguin Books Ltd.

Zelizer, V. (1994). *The social meaning of money. Pin, money, poor relief & other currencies*, New York: Basic Books.

## Om projektet:

Sveriges Stadsmissioner drev 2018–2020 ett projekt finansierat av Svenska Postkod-lotteriet för att utveckla ett nationellt nätverk av matbanker som skulle göra det möjligt att distribuera mer överskottsmedel från livsmedelsbranschen till människor som befinner sig i matfattigdom. En situation som är förenad med stor stress, oro och osäkerhet.

Projektet har fokuserat på att etablera nya samarbeten med livsmedelsbranschen, utveckla säkra och effektiva rutiner för livsmedelshantering, utveckla ett digitalt registreringssystem för maten och att utvärdera hur människor i utsatthet upplever det matstöd som Stadsmissionen erbjuder. Denna utvärdering beskriver upplevelsen av Stadsmissionens matkasseverksamhet på två orter.

## Om Sveriges Stadsmissioner:

Riksföreningen Sveriges Stadsmissioner är en medlemsförening för lokala stadsmissioner runtom i landet. Idag är tio stadsmissioner medlemmar och de har social verksamhet på ett trettiotal orter.

Varje stadsmission har en öppen mötesplats för människor i utsatthet och utanförskap, där besökaren kan få ett mål mat, värme och gemenskap. Utöver det akuta stödet är bemötandet viktigt. Det bygger tillit och lägger grunden för ett långsiktigt förändringsarbete.

Varje stadsmission har också verksamhet för arbetsträning i secondhand-butikerna eller i café och restaurang, samt någon form av verksamhet för barn och unga. Samtliga tar också emot matöverskott och förmedlar det till människor i matfattigdom. Sedan finns dessutom en mångfald verksamheter som syftar till att stödja människor i utanförskap och utsatthet såsom skyddat boende, äldreboende, avgiftning, med mera.

Ett projekt finansierat av:

