

# Az egészséges táplálkozás szubjektív megítélése az egyetemisták online és offline információkereső magatartását illetően

Fehér András - Kovács Bence - Boros Henrietta Mónika - Szakály Zoltán

Debreceni Egyetem

DOI: 10.15170/MM.2022.56.KSZ.01.05

---

## A TANULMÁNY CÉLJA

A fiatal korosztályok képviselői a saját egészségük megőrzése mellett információközvetítő szerepet is betölthetnek a társadalomban. Az egyetemista évek során kialakult táplálkozási szokások hatással vannak az egész életen át tartó életmód megalapozására. A kutatás során a fő célkitűzésünknek megfelelően egy koncepcionális modell által azonosítottuk az egyetemi hallgatók egészséges táplálkozással kapcsolatos online és offline információkereső magatartását.

---

## ALKALMAZOTT MÓDSZERTAN

A primer kutatás során önkéntes papíralapú kérdőívet juttattunk el országosan tíz egyetemre. A célcsoportunk egyetemi hallgatók voltak. A mintánk 612 főből állt. Az elemzés során gyakoriságvizsgálatot, Khi-négyzet próbát, Mann-Whitney- és Kruskal-Wallis-próbát alkalmaztunk, illetve leíró statisztikákat számoltunk. Az összefüggésvizsgálatban az egészséges táplálkozás szubjektív megítélésének változóit vetjük figyelembe. Az információkeresés jellegét az internet információkereső modelljével (ISM), az egészséges táplálkozásra való áttérést a változás transzteoretikus modelljével elemeztük (TTM). A modell minden egyes elemét korábbi kutatások alapján határoztuk meg, bizonyos esetekben adaptáltunk a saját kutatási céljainknak megfelelően. A tanulmányban meghatároztuk a 6 elemből álló online és a 14 elemből álló offline információforrás-kategóriákat, amelyekre a modell összefüggésvizsgálatait építettük.

---

## LEGFONTOSABB EREDMÉNYEK

Megállapítható, hogy az online és az offline információforrások végigkísérik az egyetemisták egészséges táplálkozásra történő áttérését, emellett differenciálhatók a viselkedésváltozás egyes szakaszainak sajátosságai az információszerzés esetében. Az offline források leginkább a kezdeti szakaszokban („bezárkózás” és „szemlélődés”) fontosak, míg az online források a „fenntartás” fázisában jelentősebbek.

---

## GYAKORLATI JAVASLATOK

Az egyetemista korosztály egészséges táplálkozással kapcsolatos információszerzését komplex módon elemeztük, így egy saját megközelítés összefüggéseit kaptuk meg az elemzéseink során. Lényeges megállapítani, hogy a modell nem csak az egyetemi hallgatók, hanem más célcsoportok magatartásának mérésére is releváns lehet.

*Kulcsszavak:* egyetemi hallgatók, egészséges táplálkozás, online és offline információkeresés, koncepcionális modell

*Köszönetnyilvánítás:* A tudományos közlemény elkészítését az EFOP-3.6.1-16-2016-00022 számú projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

## BEVEZETÉS INTRODUCTION

A kutatás fő célkitűzése, hogy egy koncepcionális modellel azonosítsuk az egyetemi hallgatók egészséges táplálkozással kapcsolatos online és offline információkereső magatartását. Az elemzés során az online és az offline információforrások észlelt fontossága alapján kategóriákat alakítottunk ki. Az összefüggésvizsgálatba bevontuk az egészséges táplálkozással kapcsolatos szubjektív megítélés változóit. Előzetes kutatásokkal megállapítottuk, hogy nemzetközi szinten és különös tekintettel Magyarországon viszonylag kevés átfogó kutatás áll rendelkezésre az egyetemisták egészséges táplálkozásával kapcsolatban. A kutatások többsége az egyetemi hallgatóknál fiatalabb generációkat vizsgálja. Továbbá azért tartottuk indokoltnak az egyetemisták magatartását elemezni, mert az információforrások használatánál az online kommunikációs csatornák (kiemelten a közösségi média platformok) egyre fontosabb szerepet töltenek be a hagyományos, vagyis offline csatornákkal szemben (Achampon et al. 2020, Duffet 2017). Az egészséges táplálkozással kapcsolatos információkeresésnél feltételezésünk szerint az egyetemisták nem csak a saját viselkedésváltozásukat alapozhatják meg, hanem közvetítő szerepet is betölthetnek más generációk irányába.

## SZAKIRODALMI ÁTTEKINTÉS LITERATURE REVIEW

A 21. század társadalmának egyik legnagyobb problémájaként a nem fertőző betegségeken belül a különféle krónikus betegségek (pl. szív-érrendszeri és daganatos betegségek) azonosíthatók, amelyek kialakulásában a nem megfelelő életmód az egyik legfontosabb tényező (Loef – Walach 2012). Az egészséges életmódra történő tudatos áttérés és annak fenntartása számos tényezőtől függ, amelyek közül az egyik legfontosabb a megfelelő táplálkozás kialakítása (Szakály és tsai 2014). Pozitív hatást gyakorolhat az egészséges életmódra történő áttérés során a baráti kör ajánlása, a táplálkozási szakemberek véleménye, illetve a fiatalok közösségi nyomása (Gould 1990, Larson et al. 2006, Szabó – Pikó 2018, Szakály 2009). Hidvégi és tsai (2015) szerint az egészséges táplálkozás az egyes ételek és italok változatos módon, megfelelő mennyiségben és arányban történő rendszeres fogyasztását jelenti, amellyel az egyes betegségek kockázata csökkenthető. Az egészséges táplálkozás a fiatalok körében sok esetben még nem prioritás, az étel számukra

inkább státuszszimbólumként jelenik meg, mint tápanyagforrásként (Papp – Lugasi 2018, Karnai – Szűcs 2019). Krisztik-Pető (2021) szerint az egyetemisták táplálkozása nagyban függ az önkontrolljuk milyenségétől, és nem feltétlenül az érzelmeiktől. A gyengébb önkontrollal rendelkező egyetemisták nagyobb eséllyel fognak olyan kívánatosnak tekinthető ételeket fogyasztani, amelyek nem feltétlenül illenek bele az egészségesnek vélt táplálkozásba.

Az egyetem különösen kritikus időszaknak számít az egész életen át tartó életmód megalapozása terén (Gergely és tsai 2014). Számos kutatás bizonyítja, hogy az egyetemista évek során megalapozott életmód nagyban befolyásolja a krónikus betegségek kialakulását vagy elkerülését (Nelson et al. 2008; Neumark et al. 2011). Tanvatanagul és Uaphanthaseth (2005) kutatásukban thaiföldi egyetemistákról megállapították, hogy az egészségesebb életmódra történő áttéréssel elsősorban a helytelen étkezési magatartásokon akarnak javítani.

Megállapítható, hogy egyes tényezők befolyásolják az egyén egészséges táplálkozásra való áttérését és fenntartását. Walter és Skerrett (2017) az anyagi források hiányát az egészség tudatos táplálkozásra való áttérés akadályozó tényezőjeként említi. A fogyasztók ismerettel való ellátása kulcsfontosságú tényező, amelyet motivációval kiegészítve elérhető a táplálkozással kapcsolatos attitűd megváltozása, ami elvezet a tudatosabb étkezéshez (Blaylock et al. 1999, Szűcs és tsai 2015).

A hagyományos jellegű információforrásokat (pl. televízió, rádió, sajtó, személyes konzultáció szakemberrel) egyre inkább kiegészítik vagy helyettesítik az új és újszerű digitális lehetőségek az információ megszerzésére. Különösen igaz ez az egészséggel kapcsolatos információkra (Farkas – Fehér 2020, Fehér 2015a, Fehér 2015b). A Eurostat (2020) adatai alapján megállapítható, hogy a hazai internetezők 63%-a keres online felületen egészséggel kapcsolatos (betegségek, sérülések, táplálkozás és egészségfejlesztés) információkat (EU27 tagországok lakosainál az arány 55%-os). Seung-Dae és Myung-Gwan (2015) dél-koreai egyetemi hallgatók egészséggel kapcsolatos információkeresését vizsgálták. Megállapították, hogy az interneten történő információkeresés a valósidejűsége miatt sokkal hatékonyabb, mint a hagyományos információs csatornák használata. A mobilos applikációk hatékonysága a táplálkozási döntésekben egyre fontosabb. A digitalizáció segítségével az új étrend-értékelési módszerek gyorsan fejlődnek (Jacques et al. 2020).

## ANYAG ÉS MÓDSZER MATERIAL AND METHOD

A kutatás során kvantitatív kérdőíves felmérést végeztünk 2020 január és március között. A megkérdezéshez papíralapú önkítöltés kérdőívet használtunk, amelyben tájékoztattuk a résztvevőket, hogy válaszadásuk önkéntes és anonim. A kérdőíveket előzetes egyeztetést követően országosan 10 egyetemi campusra postáztuk ki, amelyeknél a gazdaságtudományi képzési profillal rendelkező karok hallgatóit céloztuk meg. A célcsoportunk alap-, mester- és felsőoktatási szakképzéses egyetemi hallgatók voltak. Minden egyes campusra 100 kérdőívet küldtünk ki. Kilenc campusról kaptunk vissza nagyságrendileg egyenlő arányban kérdőíveket. A kutatás elvégzésekor már fennállt a COVID-19 járványhelyzet és a járványügyi intézkedések miatt számos kérdőív már nem kerülhetett kitöltésre. A kutatás eredeti koncepciójának fenntartása miatt nem váltottunk át online megkérdezésre a maradék kérdőívek esetében. Így a papíralapon kiküldött kérdőívekből 630 darabot kaptunk vissza, amelyekből 612 volt értékelhető. A megkérdezés nem reprezentatív a magyarországi egyetemista populációra, így a kapott eredményeink nem általánosíthatók. A kérdőívek kiértékelését az SPSS 25.0 statisztikai programcsomag segítségével végeztük.

A kérdőívben vizsgált témakörök közül az egyetemisták egészséges táplálkozásával kapcsolatos szubjektív megítélést, illetve az egészséges táplálkozással kapcsolatos információszerezésnél használt információforrásokat és azok felhasználásának típusait elemeztük.

A mintában többségben voltak a nők (60,8%) és a megyei jogú városban élők (37,3%). Az egyetemisták koreloszlása kiegyensúlyozottnak tekinthető, de többségben voltak a 20 és 21 évesek (44%). A válaszadók többsége alapképzéses hallgató (54,2%) és a Debreceni Egyetem tanulója (32%). Az egyetemisták döntő többsége 3 és 5 óra közötti időt tölt el egy nap internetezéssel (56,2%). A válaszadók szubjektív jóvedelemérzeténél a többség úgy ítélte meg, hogy a családjukkal jól megélnék a rendelkezésre álló jóvedelemből és félre is tudnak tenni (47,4%). A megkérdezettek közepes mértékben tekintik magukat egészségtudatosnak (41,2%). Az egyetemisták döntő többségének normál tartományú a BMI indexe (68,5%). A modellben a nemek szerinti változót vetjük figyelembe, a többi szociodemográfiai változó esetében nem kaptunk szignifikáns eltérést a modell egyes összetevőinek függvényében.

A következőkben részletesen bemutatjuk, hogy a kutatás során milyen típusú korábbi modelleket és

kutatási szegmenseket használtunk fel.

Az információforrásokat, azok fontossága alapján Szücs és *tsai* (2015) által differenciált kategóriák szerint vizsgáltuk, amelyeket kiegészítettünk hagyományos jellegű és internetes forrásokkal. Az információforrások fontosságát 1-5-ig terjedő skálán (1 – egyáltalán nem fontos; 5 – teljes mértékben fontos) értékelhették a válaszadók. A kérdőívben 20 különböző információforrás fontosságát vizsgáltuk az egészséges táplálkozással kapcsolatos információszerezésre vonatkoztatva. Az információforrások jellegénél fogva az online (6 elem) és az offline (14 elem) kategóriát határoztuk meg. A kategóriák egyes elemeit részletesen bemutatjuk a 4.1. fejezetben. A koncepcionális modell kialakítása során az online és az offline kategóriák vizsgálatához a mérési változók adatredukcióját számtani közép számítással végeztük, aminek az előnye, hogy csökkenti az egyes válaszokban rejlő relatív hibák súlyát. Az eredmények kiértékelése során leíró statisztikákat használtunk (számtani átlag, medián, módusz, szórás és ferdeség).

Az egészséges táplálkozás szubjektív megítélését két változó által építettük be a koncepcionális modellbe. Az egészséges táplálkozással kapcsolatos információkeresés online és offline platformokon eltöltött összesített időintervallumának megítélését Jepsen (2007) internet információkereső modellje (Internet Search Model, ISM) és Fehér és *tsai* (2014) munkája alapján vontuk be a kutatásba. Az információkeresést 5 fokú ordinális skálán vizsgáltuk, az állítások a 4.2. fejezetben részletesen megtalálhatók. Az elemzés során gyakorisági megoszlást számoltunk.

Az egészségtudatos táplálkozásra történő áttérést a változás transzteoretikus modelljével (TTM) 6 fokú ordinális skálán vizsgáltuk (Prochaska *et al.* 1994, Ruggiero 2000, Szabó 2016). Ennek során a TTM modell segítségével arra kérdeztünk rá, hogy hol tartanak a kutatásba bevont egyetemisták az egészséges táplálkozásra történő áttérésben. Az elemzést az eredeti TTM modell öt szakasza által végeztük el (bezárkózás, szemlélődés, felkészülés, cselekvés, fenntartás). Az egyes szakaszokkal kapcsolatos állításokat az egészségtudatos táplálkozásra történő áttéréssel kapcsolatban határoztuk meg Szabó (2016) kutatása alapján. Az adatok értelmezéséhez hozzá kell tennünk, hogy gyakorlatilag a fogyasztó által egészségesebbnek vélt táplálkozásról van szó. Ez független attól, hogy az adott táplálkozási mód táplálkozástudományi szempontból mennyiben tekinthető egészségesnek.

A koncepcionális modell (1. ábra) kialakítása során az egyetemisták egészséges táplálkozással kapcsolatos online és offline információkeresésének

kapcsolódásait elemeztük az egészséges táplálkozás szubjektív megítélésével összefüggésben. Kontrollváltozóként a szociodemográfiai változók közül a nemek szerinti megoszlást vettük alapul. A modell összetevőinek kapcsolatait statisztikai összefüggésvizsgálatokkal elemeztük. A nem szerinti demográfiai változót Mann-Whitney-próbával, illetve az egészséges táplálkozás szubjektív megítélését elemző kérdéseket Kruskal-Wallis-próbával vetettük össze az összesített online és offline információforrás-kategóriákkal. A tényezők közötti szignifikáns eltérés minden vizsgált összefüggésnél teljesült.

**1. ábra: A koncepcionális modell kiinduló összefüggérendszer**  
**Figure 1. Preliminary interrelatedness of the conceptual model**



Forrás: Saját szerkesztés

## EREDMÉNYEK RESULTS

### *Az egészséges táplálkozással kapcsolatos online és offline információforrások fontossága*

#### *The importance of online and offline sources of information about healthy nutrition*

A következőkben felsoroljuk az egyetemisták egészséges táplálkozással kapcsolatos információforrás-kategóriáit, amelyek mellett szerepeltetjük azok fontosságának átlagértékeit. Az online csoportba 6 tételt soroltunk (1. táblázat): dietetikusok és táplálkozástudományi szakemberek honlapbejegyzései (átlagérték=3,64); keresőoldalak (3,10); blogok és fórumok (3,02); internetes híroldalak (2,99); közösségi oldalak (2,86); influenszerek online videó csatornái (2,46). Az offline kategóriába 14 elemet építettünk be (1. táblázat): egészségügyi ellátásnál kapott személyes tájékoztatás szakértőtől (4,49); szakkönyvek és szakfolyóiratok (3,99); élelmiszerek jelölése és címkeinformáció (3,96); szakboltokban szakképzett felvilágosítás (3,96); ismerős vagy barát ajánlása (3,61); egészségügyi kiadványok (3,60); iskolában tanultak (3,43); magazinok (3,20); termékismertető és szórólapok (2,83); ingyenes kiadványok (2,83); televíziós műsorok (2,48); televíziós reklámok (2,32); plakát és újságreklámok (2,31) és rádiómű-

sorok (2,30). Az egyetemisták számára az online és az offline információforrásoknál is a kompetens szakértő (pl. orvos, dietetikus, gyógyszerész) a legfontosabb forrás.

### *Az egészséges táplálkozás szubjektív megítélése – Online és offline információkeresés időintervalluma* *Subjective judgment of healthy nutrition – Time interval for searching for information online and offline*

A 2. ábrán az egészséges táplálkozással kapcsolatos információkeresés során online és offline platformokon eltöltött idő megítélését szemlélítettük. Az egyetemisták 41,7%-a valamivel több, további 21,2%-a nagyon sok időt tölt el online kereséssel. A válaszadók 19,8%-a úgy ítéli meg, hogy hasonló mennyiségű időt tölt el online és az offline információkereséssel. Az egyetemisták mindösszesen 7,5%-a keres információt hagyományos források böngészésével, ezen belül 5,7%-uk tölt valamivel több időt, míg 1,8%-uk sokkal több időt 1,8% tölt ezzel a tevékenységgel. A megkérdezettek 9,8%-a nem válaszolt, vagy nem tudta megítélni a kérdést.

**1. táblázat: Az egészséges táplálkozással kapcsolatos online és offline információforrások vizsgálata azok fontossága alapján (N=612)**

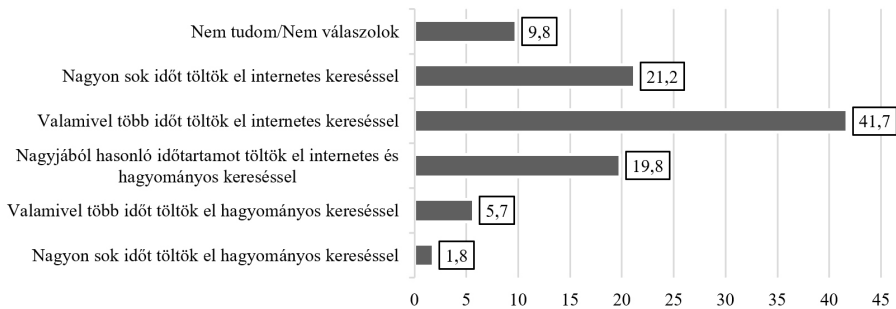
**Table 1. Examination of online and offline sources of information related to healthy nutrition based on their importance (N=612)**

	Átlag	Medián	Módusz	Szórás	Ferdeség
<b>Online információforrások</b>					
Honlapbejegyzések egészséges táplálkozással kapcsolatban dietetikusoktól/ táplálkozástudományi szakemberektől	3,64	4	4	1,096	-0,566
Keresőoldalak (pl. Google, Bing)	3,10	3	3	1,052	-0,121
Blogok, fórumok	3,02	3	3	1,015	-0,086
Internetes híroldalak (pl. Origo, HVG)	2,99	3	3	1,067	-0,079
Közösségi oldalak (pl. Facebook, Instagram)	2,86	3	3	1,151	-0,062
Influenszerek (véleményvezérek) online videós csatornái (pl. Youtube csatornák)	2,46	2	1	1,203	0,349
<b>Offline információforrások</b>					
Egészségügyi ellátás során kapott személyes tájékoztatás (orvos, dietetikus, gyógyszerész stb.)	4,49	5	5	0,802	-1,710
Szakkönyvek, szakfolyóiratok	3,99	4	5	1,105	-1,010
<i>Élelmiszerek jelölése, címkeinformációk</i>	3,96	4	4	0,897	-0,609
Szakkolportokban szakképzett eladó felvilágosítása (pl. biobolt, fitotéka)	3,96	4	4	0,916	-0,786
Szomszédal, ismerőssel, barátal való tapasztalatsere	3,61	4	4	1,038	-0,585
Egészségügyi kiadványok, kézikönyvek	3,60	4	4	1,068	-0,491
Iskolában tanultak	3,43	3	3	0,937	-0,295
Magazinok életmóddal, egészséges táplálkozással kapcsolatos cikkei	3,20	3	3	1,082	-0,265
Termékismertető, szórólapok	2,83	3	3	1,027	0,057
Ingyenes kiadványok témába vágó írásai (pl. Patikatükör)	2,83	3	3	1,052	-0,027
Televíziós műsorok	2,48	3	3	1,008	0,141
Televíziós reklámok	2,32	2	2	0,984	0,462
Reklámok újságokban, plakátokon	2,31	2	2	0,940	0,358
Rádióműsorok	2,30	2	2	0,935	0,355

Forrás: Saját szerkesztés

**2. ábra: Az egészséges táplálkozással kapcsolatos információkeresés során online és offline platformokon eltöltött idő megítélése, % (N=612)**

**Figure 2. Perception of time spent searching for information related to healthy nutrition on online and offline platforms, % (N=612)**



Forrás: Saját szerkesztés

**Az egészséges táplálkozás szubjektív megítélése – A változás transteoretikus modellje (TTM) az egészségtudatos táplálkozásra történő áttérés esetében**  
**Subjective assessment of healthy eating – The Transteoretic Model of Change (TTM) for the transition to health-conscious nutrition**

A viselkedésváltozás transteoretikus modellje (TTM) segítségével elemeztük az egyetemisták által egészségesebbnek vélt táplálkozásra történő áttérés szakaszait (3. ábra). Az egyetemisták 10,3%-a teljesen passzív és a „bezárkózás” fázisába sorolható („a következő hat hónapban nem szándékozom áttérni egy általam egészségesebbnek vélt táplálkozásra”). 22,3% a „szemlélődés” szakaszában van, tehát a gondolkodásban már megjelenik a váltás lehetősége („erős késztetést érzek arra, hogy áttérjek egy általam egészségesebbnek vélt táplálkozásra”). A válaszadók 28,2%-a úgy véli, hogy a közeljövőben konkrét lépéseket fog tenni, tehát a „felkészülés” fázisában van („a következő egy hónapban lépéseket fogok tenni, hogy áttérjek egy általam egészségesebbnek vélt táplálkozásra”). Míg 10,3%-uk a „cselekvés” szakaszába lépett, mivel konkrét lépéseket tett az elmúlt időszakban („már legalább hat hónapja egészségesebben táplálkozik”). A „fenntartás” első fázisában levők 11,6%-a már bizonyos ideje egészségesen táplálkozik („már több mint hat hónapja egészségesebben táplálkozik, a visszaesés esélye régi táplálkozási szoká-

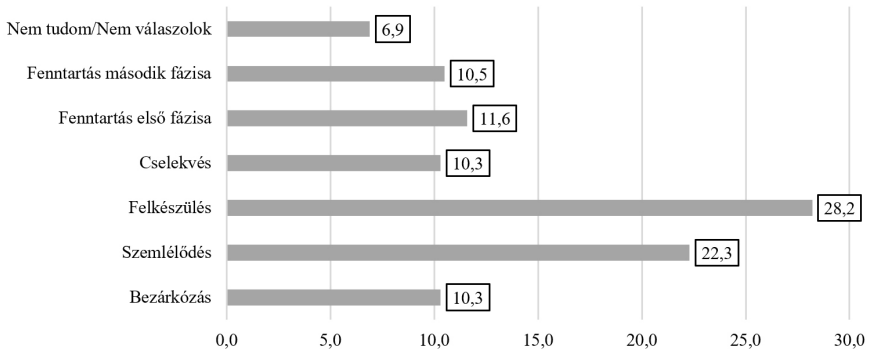
saimra minimális”). A „fenntartás” második fázisában levők 10,5% pedig „mindig is egészségesen táplálkoztak”. A válaszadók 6,9%-a nem válaszolt a kérdésre. Összességében elmondható, hogy a „cselekvés” és a „fenntartás” fázisába az egyetemisták 32,4%-a sorolható.

**Az egészséges táplálkozás szubjektív megítélésének és az online és offline információkereső magatartás összefüggésének koncepcionális modellje**  
**A conceptual model of the relationship between subjective judgment of healthy nutrition and online and offline information-seeking behavior**

Az egészséges táplálkozással kapcsolatos online és offline információkereső magatartás statisztikai összefüggéseit a 4. ábrában található koncepcionális modellben foglaltuk össze.

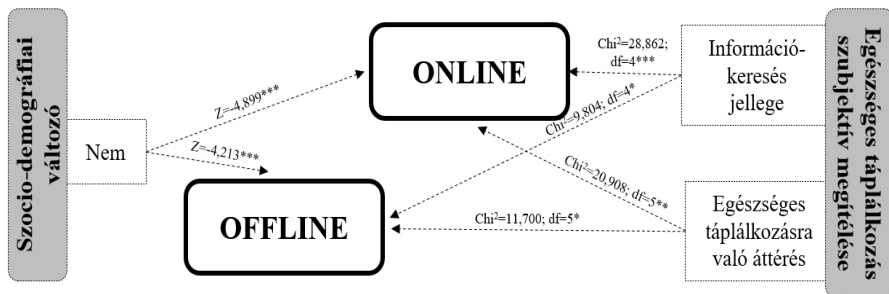
Mann–Whitney-próbával meghatároztuk az online ( $Z=-4,899$ ;  $p<0,001$ ) és az offline ( $Z=-4,213$ ;  $p<0,001$ ) információforrás-kategóriák fontosságát a nemek kontrollváltozóval. Az egyetemista nők magasabb rangátalaga megmutatja, hogy az online (rangátalag=334,46) és offline (330,58) információszerezési-kategóriák fontosabbak számukra, mint a férfiaknak (online: 262,86 és offline: 268,92). Tehát az egészséges táplálkozásról való információszerzésnél a nők nagyobb jelentőséget tulajdonítanak az egyes forrásoknak, azok jellegétől függetlenül, mint a férfiak.

3. ábra: Az egyén által egészségesebb táplálkozásra történő áttérés megítélése, % (N=612)  
Figure 3. Perception of the individual's transition to healthier nutrition, % (N=612)



Forrás: Saját szerkesztés

4. ábra: Az egészséges táplálkozás szubjektív megítélésének és az online és offline információkereső magatartás összefüggésének koncepcionális modellje  
Figure 4. An conceptual model of the relationship between subjective judgment of healthy nutrition and online and offline information-seeking behavior



Megjegyzés: Szignifikancia: \* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$ ; \*\*\* $p < 0,001$

Forrás: Saját szerkesztés

Kruskal–Wallis-próbával elemeztük az online ( $\text{Chi}^2=28,862$ ;  $\text{df}=4$ ;  $p<0,001$ ) és az offline ( $\text{Chi}^2=9,804$ ;  $\text{df}=4$ ;  $p<0,05$ ) információforrás-kategóriák fontosságának összefüggését az egészséges táplálkozással kapcsolatos információkeresés online és offline platformokon eltöltött összesített időintervallumával. Az online információforrások fontosabbak a valamivel több (rangátlag=272,32) vagy sokkal több (332,93) időt az internetes információszerezéssel eltöltő egyetemistáknak. Az offline információforrások pedig a hagyományos információkeresésre valamivel több (334,39) időt szánó egyetemistáknak fontosabb. Megállapítható, hogy az online és az offline információforrás-kategóriák észlelt fontossága egyértelműen összefügg az infor-

mációszerezésnél használt platformok jellegével, azok időintervallumára vonatkozóan.

Kruskal Wallis próbával értékeltük az online ( $\text{Chi}^2=20,908$ ;  $\text{df}=5$ ;  $p<0,01$ ) és az offline ( $\text{Chi}^2=11,700$ ;  $\text{df}=5$ ;  $p<0,05$ ) információforrás-kategóriák fontosságát az egészséges táplálkozásra való áttérés egyes szakaszaival kapcsolatban. Az egyre magasabb rangátlagok alapján kijelenthető, hogy az információforrás-csoportok jellegétől (online vagy offline) függetlenül, azok egyre fontosabb szerepet töltenek be az egyetemisták egészséges táplálkozásra történő áttérésének egyes szakaszaiban (bezárkózás, szemlélődés, felkészülés, cselekvés, fenntartás). Az offline információforrásokat az egyetemisták fontosabbnak ítélik meg

a „bezárkózás” (rangátlag=242,43) és a „szemlélődés” (292,65) szakaszában, mégis a legmagasabb rangátlag a kategóriával összefüggésben a „cselekvés” (318,45) szakaszában azonosítható. A „fenntartás” két fázisában („több mint hat hónapja egészségesen táplálkozik...” (319,66) és „mindig is egészségesen táplálkoztam” (253,44)) az online források a fontosabbak. A felkészülés szakaszában az online (299,75) és az offline (295,15) információforrás-kategóriák hasonló fontosságúak. Az eredmények alapján megállapítható, hogy az egészségtudatos táplálkozásra történő áttérés folyamatának egyes szakaszaira különböző információforrások vannak hatással. A kezdeti szakaszoknál az offline források fontossága a mérvadó, míg a későbbi szakaszokban az online források.

## A KUTATÁS KORLÁTAI LIMITATIONS OF THE RESEARCH

Az elemzésünkben származó eredmények más kutatásokkal való összehasonlítása korlátozottan végezhető el, mivel a modell összetétele egyedinek tekinthető. A modell egy koncepcionális változat, így további kutatásokkal kiegészíthető. Az egyetemista korosztály egészséges táplálkozással kapcsolatos információszerezését komplex módon elemeztük, amelynek köszönhetően egy saját megközelítés összefüggéseit kaptuk meg az elemzéseink során. Lényeges megállapítani, hogy a modell nem csak az egyetemi hallgatók, hanem más célcsoportok magatartásának mérésére is releváns lehet.

Kutatási korlátként tekintünk a nem reprezentatív mintavételre és az eredeti tervek szerinti 1000 fős mintanagyság meghiúsulására. Jelen tanulmány kiegészítéseként publikálásra került a koncepcionális modellünk bővített változata (teoretikus koncepció került azonosításra), amelyben az egyetemisták információkereső kompetenciájával kapcsolatos egészségértést, illetve az egészséges táplálkozással összefüggő attitűdjeiket azonosítottuk (Fehér és *tsai* 2021).

## KONKLÚZIÓ CONCLUSIONS

A kutatás során egy koncepcionális modellel azonosítottuk az egyetemi hallgatók egészséges táplálkozással kapcsolatos online és offline információkereső magatartásának összefüggéseit. Jelen tanulmányban az egészséges táplálkozással kapcsolatos szubjektív megítélést helyeztük kutatásunk középpontjába. A modell minden egyes elemét korábbi kutatások alapján határoztuk meg,

bizonyos esetekben adaptáltunk a saját kutatási céljainknak megfelelően. A koncepcionális modellel egy országos nagymintás kérdőíves megkérdezésre alapoztuk. A kutatás feltáró jellegű, a megkérdezésünk nem reprezentatív, ennek ellenére úgy ítéljük meg, hogy a modell összefüggéseivel értékes eredményeket kaptunk a magyarországi egyetemista populációra vonatkozóan. A megkérdezéskor kilenc magyarországi egyetem hallgatóit értük el papíralapú kérdőívekkel, amelyekből 612 darabot tudtunk értékelni. Az elemzés során gyakoriságvizsgálatot, Khi-négyszet próbát, Mann-Whitney- és Kruskal-Wallis-próbát alkalmaztunk, illetve leíró statisztikákat számoltunk (számtani átlag, medián, módusz, szórás és ferdeség). A tényezők közötti szignifikáns eltérés a koncepcionális modellben minden vizsgált összefüggésnél teljesült.

Az egyetemisták 62,9%-a saját szubjektív megítélése szerint inkább online forrásokból tájékozódik (Fehér és *tsai* 2014, Jepsen 2007). A változás transz-teoretikus modellje (TTM) alapján (Prochaska *et al.* Ruggiero 2000, Ruggiero 1994, Szabó 2016) az egyetemi hallgatók harmada (32,4%) a „cselekvés” és a „fenntartás” szakaszában helyezkedik el az egészséges táplálkozásra való áttérés folyamatában. Minden második egyetemista (50,5%) a „szemlélődés” vagy a „felkészülés” fázisában található, tehát szándékában áll változtatni a táplálkozási szokásán.

Meghatároztuk az online (6 elem) és az offline (14 elem) információforrás-kategóriákat (Szűcs és *tsai* 2015), amelyekre a modell összefüggésvizsgálatait építettük.

Az egyetemista nők számára egyaránt kiemeltebb az online és az offline információforrások szerepe, mint a férfiaknál. Az eredmény nem meglepő, hiszen a nők szerepe az életciklus későbbi szakaszaiban (pl. családon belül) is döntő jelentőségű az egészséges táplálkozás kialakításában. Megállapítható, hogy az egyes információszerezési lehetőségek a jellegüktől függetlenül kiemelt szerepet játszanak az egyetemisták egészséges táplálkozásra történő áttérésének folyamatában. Az offline források leginkább a kezdeti szakaszokban („bezárkózás” és „szemlélődés”) fontosak, míg az online források a „fenntartás” fázisában jelentősebbek. Tehát az egyetemisták feltételezhetően először offline források segítségével megalapozzák a viselkedésváltozásukat, majd később online forrásokkal megerősítik, vagy kiegészítik a tudásukat. Az online információforrások jelentőségére az egészséggel kapcsolatos információszerezésnél korábbi kutatások is rávilágítottak az egyetemistákkal kapcsolatban (Achampong *et al.* 2020, Duffet 2017, Seung-Dae – Myung-Gwan 2015).



## HIVATKOZÁSOK REFERENCES

- Achampong, E. K., Azanga, T. M., Agbeno, E. K. (2020), "The influence of social media on the health seeking behaviour of university students", *Applied Medical Informatics*, 42(4), 200-205
- Blaylock, J., Smallwood, D., Kassel, K., Variyam, J., Aldrich, L. (1999), "Economics, food choices, and nutrition", *Food Policy*, 24(2-3), 269-286. DOI: 10.1016/S0306-9192(99)00029-9
- Duffett, R. G. (2017), "Influence of social media marketing communications on young consumers' attitudes", *Young Consumers*, 18(1), 19-39. DOI: 10.1108/YC-07-2016-00622
- Farkas N. D., Fehér A. (2020), „Egészségtudatos étel-miszer-fogyasztás és információszerezés online szempontból”, in: Jávor A. (szerk.), *Vidék gazdasági és fenntarthatósági kutatások aktuális eredményei: absztraktkötet*. Debrecen, Debreceni Egyetem, 27
- Fehér A. (2015a), „Az internet hatása a magyar étel-miszerfogyasztók tájékozódására az egészségtudatosság szempontjából”, *Új Diéta: A Magyar Dietetikusok Lapja*, 24(4), 18-21
- Fehér A. (2015b), "The impact of the Internet on Hungarian food consumer's ways of seeking information from the aspect of health awareness", *Apstract – Applied Studies In Agribusiness And Commerce*, 9(3), 13-18. DOI: 10.19041/APSTRACT/2015/3/2
- Fehér A., Soós M., Szakály Z. (2014), „Az étel-miszer-fogyasztói magatartás vizsgálata online környezetben: Létezik-e hazánkban digitális étel-miszerfogyasztó?”, *Táplálkozásmarketing*, 1(1-2), 29-38. DOI: 10.20494/TM/1/1-2/3
- Fehér A., Véha M., Boros H. M., Kovács B., Kontor E., Szakály Z. (2021), "The relationship between online and offline information-seeking behaviors for healthy nutrition", *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(19), 10241. DOI: 10.3390/ijerph181910241
- Gergely É., Szabó B., Balázs K. (2014), „Az egészség- és környezettudatosság, valamint az értékrend hatása a bioétel-miszer-fogyasztásra”, *Marketing & Menedzsment*, 48, 27-37
- Gould, S. J. (1990), "Health consciousness and health behavior: The application of a new health consciousness scale", *American Journal of Preventive Medicine*, 6(4), 228-237. DOI: 10.1016/S0749-3797(18)31009-2
- Hidvégi P., Kopkáné Plachy J., Müller A. (2015), *Az egészséges életmód*, Eger: Eszterházy Károly Főiskola, Sporttudományi Intézet
- Jacques, L., Bussien, C., Descloux, C., Decorsaire, L., Lovis, C., Ehrler, F. (2020), "Nutrikids a smartphon application to improve the quality of paediatric dietary assessments: Feasibility study", *Studies in Health Technology and Informatics*, 270, 1016-1020. DOI: 10.3233/SHTI200315
- Jepsen, A. L. (1997), "Factors affecting consumer use of the Internet for information search", *Journal of Interactive Marketing*, 21(3), 21-34. DOI: 10.1002/dir.20083
- Karnai L., Szűcs I. (2019), „Táplálkozási szokások vizsgálata debreceni egyetemisták körében”, *Táplálkozásmarketing*, 6(2), 39-50. DOI: 10.20494/TM/6/2/4
- Krisztik-Pető D. (2021), „Fiatal fogyasztók éves magatartásának és önkontrolljának vizsgálata az egészségtudatos magatartás tükrében”, *Marketing & Menedzsment*, 55(2), 37-45. DOI: 10.15170/MM.2021.55.02.04
- Larson, N. I., Story, M., Eisenberg, M. E., Neumark-Sztainer, D. (2006), "Food preparation and purchasing roles among adolescents: Associations with sociodemographic characteristics and diet quality", *Journal of the American Dietetic Association*, 106(2), 211-218. DOI: 10.1016/j.jada.2005.10.029
- Loef, M., Walach, H. (2021), "The combined effects of healthy lifestyle behaviors on all cause mortality: a systematic review and meta-analysis", *Preventive Medicine*, 55, 163-170. DOI: 10.1016/j.ypmed.2012.06.017
- Nelson, M., Story, M., Larson, N., Neumark-Sztainer, D., Lytle, L. (2008), "Emerging adulthood and college-aged youth: An overlooked age for weight-related behavior change", *Obesity*, 16(10), 2205-2211. DOI: 10.1038/oby.2008.365
- Neumark-Sztainer, D., Wall, M., Larson, N. I., Eisenberg, M. E., Loth, K. (2011), "Dieting and disordered eating behaviors from adolescence to young adulthood: Findings from a 10-year longitudinal study", *Journal of the American Dietetic Association*, 111(7), 1004-1011. DOI: 10.1016/j.jada.2011.04.012
- Papp A., Lugasi A. (2018), „Finom, egészséges és népszerű – gasztronómiai kihívások gyermek és fiatalok körében”, in: Antal E., Pilling R. (szerk.), *A magyar gyermekek és fiatalok életmódja: táplálkozás, testmozgás és lélek*, TÉT Platform Egyesület, 70-73

- Prochaska, J. O., Norcross, J. C., DiClemente, C. C. (1994), *Changing for good: the revolutionary program that explains the six stages of change and teaches you how to free yourself from bad habits*, New York, USA: William Morrow & Co
- Ruggiero, L. (2000), "Helping people with diabetes change behavior: from theory to practice", *Diabetes Spectrum*, 13(3), 125
- Seung-Dae, K., Myung-Gwan, K. (2015), "The effect of university students approach to health information on improvement of health behavior", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 16(5), 3268-3275. DOI:10.5762/KAIS.2015.16.5.3268
- Szabó K., Pikó B. (2018), „A táplálkozással kapcsolatos attitűdök, magatartás és információkeresés vizsgálata és összefüggése szociodemográfiai és pszichológiai változókkal serdülők körében”, *Orvosi Hetilap*, 159(51), 2183-2192. DOI: 10.1556/650.2018.31194
- Szabó S. (2016), *Egészségorientált táplálkozási szokások és a fogyasztói magatartás kapcsolata, Doktori (PhD) értekezés*. Kaposvár: Kaposvári Egyetem, Gazdaságtudományi Kar
- Szakály Z. (2009), „Egészségmagatartás és funkcionális élelmiszerek: Hogyan vélekednek a hazai fogyasztók?” *Élelmiszer, Táplálkozás és Marketing*, 6, 9-18
- Szakály Z., Kiss M., Jasák H. (2014), „Funkcionális élelmiszerek, fogyasztói attitűdök és személyre szabott táplálkozás”, *Táplálkozásmarketing*, 1(1-2), 3-17. DOI: 10.20494/TM/1/1-2/1
- Szűcs V., Szabó E., Bánáti D. (2015), „Az egészséges táplálkozással kapcsolatos attitűdök feltárása kérdőíves megkérdezés alapján”, *Orvosi Hetilap*, 156(16), 636-643. DOI: 10.1556/oh.2015.30129
- Tanwatanagul, W., Uaphanthaseth, R. (2005), "Statistical analysis of attitude and health care behavior of Chiang Mai University students (Thailand)", *Journal of Statistics and Management Systems*, 8, 659-679. DOI: 10.1080/09720510.2005.10701185
- Walter, W. C., Skerrett, P. J. (2017), *Eat, Drink, and Be Healthy: The Harvard Medical School Guide to Healthy Eating*, New York, USA: Free Press
- Eurostat (2020): Individuals using the internet for seeking health-related information. <https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/tin00101/default/table?lang=en> (Utolsó letöltés: 2021.04.01.)

Fehér András, PhD, egyetemi adjunktus  
feher.andras@econ.unideb.hu

Kovács Bence, tanársegéd  
kovacs.bence@econ.unideb.hu

Boros Henrietta Mónika, egyetemi hallgató  
borosh19@gmail.com

Szakály Zoltán, CSc, egyetemi tanár  
szakaly.zoltan@econ.unideb.hu

*Debreceni Egyetem, GTK, Marketing és Kereskedelem Intézet*

## **Subjective judgment of healthy nutrition regarding university students' online and offline information-seeking behavior**

### **THE AIMS OF THE PAPER**

In addition to preserving their health, young people can also play a role in providing information to society. Nutrition habits that have developed over the years of college have an impact on the foundation of a lifelong lifestyle. In line with our main objective of the research, we identified the online and offline information-seeking behavior of university students about healthy nutrition using a conceptual model.

### **METHODOLOGY**

During the primary research, we sent a self-completed paper-based questionnaire to ten universities nationwide. Our target group was university students. Our sample consisted of 612 people. Frequency analysis, Chi-square test, Mann–Whitney and Kruskal–Wallis tests were used in the analysis, and descriptive statistics were calculated. In the correlation study, we considered variables of subjective judgment of healthy nutrition. The nature of information seeking was analyzed using the Internet Information Search Model (ISN), and the transition to healthy nutrition was analyzed using the Transtheoretical Model of Change (TTM). Each element of the model was determined based on previous research, and in some cases, we adapted it according to our own research goals. In the study, we defined the 6-item online and 14-item offline information source categories on which we built the model correlation studies.

### **MOST IMPORTANT RESULTS**

It can be stated that online and offline information sources accompany the transition of students to healthy nutrition, and the specifics of each stage of behavior change in the case of information acquisition can be differentiated. Offline resources are most important in the initial stages (“precontemplation” and “contemplation”), while online resources are more important in the “maintenance” phase.

### **RECOMMENDATIONS**

As a result of this analysis, our analyses revealed the interrelationships of our own approach. It is important to note that the theoretical concept can be relevant in measuring not only university students' attitudes but those of other target groups, too.

*Keywords:* university students, healthy nutrition, online and offline information search, conceptual model

*Acknowledgments:* The publication is supported by the EFOP-3.6.1-16-2016-00022 project. The project is co-financed by the European Union and the European Social Fund.