

**Az evési viselkedés és a stresszmegküzdés mint egészségmagatartási faktorok
prevalencia vizsgálata a szocioökonómiai státusz tükrében
*Fókuszban a magyar és a ghánai felsőoktatási hallgatók***

Napjainkban bár közkedvelt téma az egészséges életmód, mégis ennek megítélése némiképp különbözik a társadalomtudományok területén, mint általában az egészségtudományokban. Az egészségi állapotot közvetve befolyásoló tényezők vizsgálata sokszor háttérben marad – így például az iskolázottság, a lakhatás, a pénzügyi státusz szerepe -, pedig ezen faktorok ismerete érthetőbbé teszi, miért eszköztelen sokszor az egyén a pozitív viselkedésváltozásban. Ennek okán kutattam az evési viselkedést és a stresszmegküzdés mértékét, ill. ezek társadalmi-gazdasági háttérét ghánai és magyar felsőoktatási hallgatók körében, hogy a sokszor tévesen egyéni felelősségre terhelte faktorokat is jobban górcső alá tudjuk venni.

A kérdőíveket $n=210$ magyar és $n=42$ ghánai felsőoktatási hallgató töltötte ki. A magyar felsőoktatásban tanuló hallgatóknál szignifikáns összefüggés igazolódott az anyai iskolai végzettsége és a saját pénzügyi státusz között, a lakhatás és a stresszmegküzdés mértéke között nem volt együttjárás. Az evésen túli megküzdési módokra való képesség a stresszkezeléssel szignifikáns összefüggést mutatott. A ghánai felsőoktatási hallgatóknál az anyai végzettség és a saját pénzügyi helyzet szignifikáns összefüggést mutatott. A stresszmegküzdés és az evési kényszer megjelenése között közepes erősségű szignifikancia igazolódott.

Az evési magatartás és a maladaptív megküzdések kutatását érdemes rendszeresen kiegészíteni a szocioökonómiai státusz vizsgálatával, mellyel kiküszöbölhetők az egészségtudományi empirikus kutatások gyakori oksági torzításai. Célszerű a jövő egészségnevelésében is olyan komplex, multidiszciplináris edukációt kialakítani, amely az egyén és a közösség cselekvőképességét lehetőségeikhez mérten képes fokozni.