

Emilia Pachucka¹

Akademia Bialska im. Jana Pawła II, Biała Podlaska

Monika Brodawska²

Ogólnouczelniane Koło Ochrony Środowiska, Akademia Bialska im. Jana Pawła II, Biała Podlaska

https://doi.org/10.29316/9788368103342_12

ŚWIADOMA KONSUMPCJA WŚRÓD STUDENTÓW FIZJOTERAPII

CONSCIOUS CONSUMPTION AMONG PHYSICAL THERAPY STUDENTS

Streszczenie

Konsumentami są wszyscy ludzie i każdy z nich ma wybór, czy zostać konsumentem świadomym. Badania zostały przeprowadzone w formie elektronicznej na 64 studentkach i studentach wszystkich roczników kierunku Fizjoterapii Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II oraz Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie, Filia w Białej Podlaskiej w terminie od 15 kwietnia do 19 maja 2024 roku. Badani poprawnie rozumieli termin świadomy konsument, lecz tylko połowa utożsamia się z tym stwierdzeniem. Większa część sprawdza składy produktów, ale pojawia się problem z prawidłowym ich odczytaniem. Studenci w większości planują swoje zakupy, jak również posiłki, minimalizując w ten sposób ilość marnowanego jedzenia. Ważnym aspektem jest również termin ważności kupowanych produktów. Prawie dziewięćdziesiąt procent ankietowanych sprawdza datę na opakowaniach, co w efekcie chroni ich przed

Abstract

All people are consumers and each of them has a choice whether to become a conscious consumer. The research was conducted in electronic form on students of all years of Physiotherapy from the John Paul II University in Biala Podlaska and the The Józef Piłsudski University of Physical Education in Warsaw, Faculty of Physical Education and Health in Biała Podlaska. The respondents correctly understood the term conscious consumer, but only half identified with this statement. Most of them check the ingredients of products, but there is a problem with reading them correctly. Most students plan their shopping as well as their meals, thus minimizing the amount of food wasted. The expiration date of purchased products is also an important aspect. Almost ninety percent of respondents check the date on

¹ studentka, <https://orcid.org/0009-0004-7124-5483>; e-mail: epachucka.ab@gmail.com

² studentka, <https://orcid.org/0009-0008-4449-9241>; e-mail: mbrodawska2003@gmail.com

zatruciem pokarmowym lub uszczerbkiem na zdrowiu. Respondenci najczęściej zdobywają wiedzę na badany temat w Internecie, natomiast bardzo pozytywnym zaskoczeniem jest fakt, że wymieniają tę wiedzę również między sobą.

Słowa kluczowe: konsumpcja, konsument, świadomość społeczeństwa, żywienie, środowisko

packaging, which protects them against food poisoning or health damage. Respondents most often acquire knowledge about the researched topic on the Internet, but a very positive surprise is the fact that they also exchange this knowledge among themselves.

Keywords: consumption, consumer, public awareness, nutrition, environment

Wstęp

Każdy człowiek jest konsumentem, niezależnie od tego, gdzie pracuje, jakie ma wykształcenie czy w jakim jest wieku. Dotyczy to wszystkich ludzi, warto zatem być świadomym konsumentem i przygotować się do podejmowania odpowiednich decyzji, w tym także w momentach, w których ludzie naprawdę mogą nie być tego świadomi (Encyklopedia Zarządzania, 2023). Stąd też przedmiot badań jakim jest zbadanie jak wraz z upływem lat zdobywania wiedzy kierunkowej zmienia się pojęcie na temat świadomej konsumpcji. Podmiotem powyższych badań są studenci Fizjoterapii Akademii Białskiej im. Jana Pawła II oraz Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie, Filia w Białej Podlaskiej. Dobór osób pozwolił na pozyskanie informacji dotyczących tego, czy w przypadku studentów uczelni sportowej świadomość ta zwiększa się szybciej niż u studentów uczelni nie zajmującej się środowiskiem sportowym. Można przypuszczać, że młodzi ludzie wybierający placówkę związaną z aktywnością fizyczną jako miejsce, w którym odbędą studia są w jakiś sposób połączeni z jakąś dyscypliną lub jest to obiektem ich zainteresowań w ujęciu teoretycznym, zatem prawdopodobnie potrzebują oni odpowiedniej wiedzy z badanego zakresu bardziej niż studenci nieobowiązkowo z aktywnością skorelowani. Należy zwrócić również uwagę, na fakt, że w przyszłości informacje z dziedziny świadomej konsumpcji mogą być istotne w pracy osób przygotowujących się obecnie do wykonywania zawodu fizjoterapeuty.

Materiał i metoda

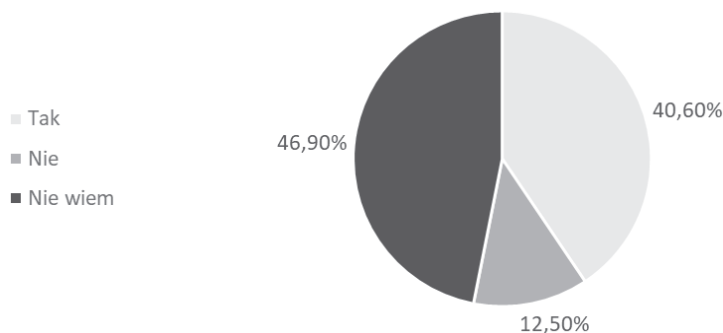
Badana zbiorowość to studentki i studenci kierunku Fizjoterapia w wieku od 17 do 33 lat kształcący się na dwóch uczelniach zlokalizowanych w Białej Podlaskiej: Akademii Białskiej im. Jana Pawła II oraz Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie, Filia w Białej Podlaskiej. W badaniu wzięło udział łącznie 64 studentów, w tym

44 kobiety oraz 22 mężczyzn. Dobór próby miał charakter celowy. Społeczność, co widać na podstawie odpowiedzi udzielonych na dziewięć zadanych pytań, wykazuje zainteresowanie zagadnieniami związanymi ze świadomą konsumpcją, co można przypuszczać na podstawie ich związku z ruchem oraz aktywnością fizyczną. Dobór społeczności umożliwia porównanie tempa zmiany poziomu wiedzy na badany temat. Badania przeprowadzono za pomocą sondażu diagnostycznego składającej się z pytań otwartych oraz zamkniętych. Zastosowana została metoda CAWI, czyli Computer Assisted Web Interview, ponieważ jest to obecnie jeden ze skuteczniejszych kanałów dotarcia do grupy odbiorców, pozwala na kontrolę przebiegu badania oraz proste opracowanie wyników (webankieta.pl – Metoda CAWI, 2025). Respondenci wypowiedzieli się na temat swoich nawyków konsumpcyjnych oraz rozumienia pojęcia „świadomy konsument”. Kwestionariusz obejmował pytania metryczkowe oraz dotyczące: rozumienia pojęcia „świadomy konsument”, nawyków zakupowych, analizy składu produktów spożywczych, znajomości i interpretacji terminów przydatności do spożycia. Dane zostały opracowane na podstawie prostych analiz opisowych oraz wnioskowania. Tak skonstruowana metodologia pozwoliła na ocenę poziomu wiedzy oraz zachowań konsumenckich badanej grupy, a także na identyfikację ewentualnych różnic pomiędzy studentami obu uczelni.

Wyniki

Termin świadomy konsument na podstawie badań jest w znacznym stopniu nieznane. Na pytanie czy badana grupa uważa się za świadomych konsumentów prawie połowa ankietowanych odpowiadała „nie wiem”, co świadczy o stosunkowo niskiej znajomości samej interpretacji hasła. Według literatury świadoma konsumpcja to podejmowanie wyborów konsumenckich w oparciu o wiedzę na temat ich społecznych, ekologicznych i politycznych konsekwencji. Ruch świadomej konsumpcji wiąże się z zauważeniem istotnej roli, jaką konsumenci i konsumentki wywierają nie tylko na środowisko, ale też na kształtowanie procesów produkcji i dystrybucji dóbr i usług w wymiarze globalnym. W praktyce świadoma konsumpcja oznacza zdobywanie informacji na temat produktów i usług, praktyk stojących za nimi firm, procesu produkcji, możliwości utylizacji i dokonywanie możliwie społecznie i ekologicznie odpowiedzialnych wyborów (Szeniawska, 2021). Konsument świadomy – to także konsument, który potrafi analizować informacje płynące z rynku – głównie z reklam – i porównywać pozyskane informacje reklamowe z rzeczywistym stanem (Dejnak, 2019).

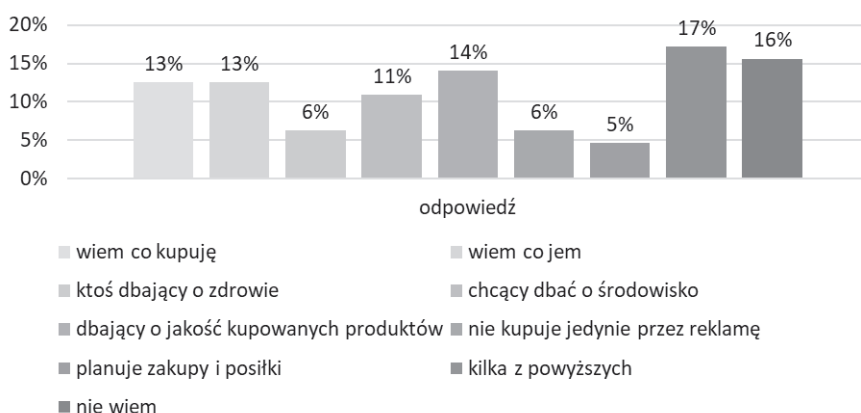
Na potrzeby badania przyjęta została definicja: konsumpcja, czyli proces zaspokajania potrzeb ludzi poprzez używanie posiadanych dóbr (businessinsider.com – konsumpcja, 2022).



Rysunek 1. Czy uważa się Pani/ Pan za świadomego konsumenta?

Źródło: opracowanie własne.

Respondenci zapytani zostali o własną translację zagadnienia w formie pytania otwartego. Odpowiedzi te zostały pogrupowane i na tej podstawie można stwierdzić, że zgodnie z przyjętą na potrzeby badania definicją osoby świadomego konsumenta, tj. konsument odpowiedzialny, planujący swoje zakupy, sprawdzający składy produktów i ich jakość oraz zwracający uwagę na to jak oddziałuje to na jego zdrowie oraz środowisko, ankietowani w znacznej większości wiedzą co oznacza podane w pytaniu hasło. Świadczy to o tym, że pomimo niepewnej oceny własnej osoby odnośnie do możliwości określenia się wyżej opisaną osobą zagadnienie to nie jest obce. Może to prowadzić do przypuszczeń, że w przyszłości więcej osób stanie się świadomymi konsumentami, gdy potwierdzona zostanie im ich interpretacja pojęcia.

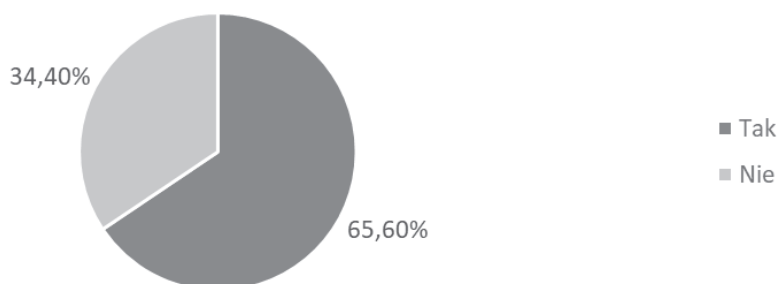


Rysunek 2. Co rozumie Pani/ Pan przez określenie „świadomy konsument”?

Źródło: opracowanie własne.

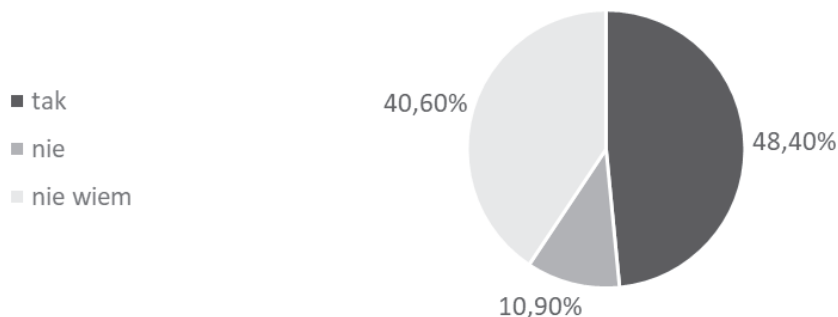
Znaczącym aspektem powyższych zagadnień są składy kupowanych produktów, większa część ankietowanych je sprawdza, natomiast nie jest to jednoznacznie przeważający procent grupy. Niecałe siedemdziesiąt procent jest wynikiem dobrym, lecz nadal ponad jedna trzecia pomija ten element w procesie robienia zakupów. Biorąc pod uwagę fakt, iż jest to ważne w prawidłowym dbaniu o dietę, zdrowie, a także środowisko szczególnie ważna jest edukacja w tym zakresie.

Warto również zauważyć, że pomimo sprawdzania składów na opakowaniach żywności ponad połowa badanych stwierdziła, że nie jest pewna co do poprawności interpretacji przeczytanych etykiet lub zupełnie nie wie, jak odczytać je prawidłowo. Powszechna wiedza na ten temat jest niewystarczająca, co skutkuje powyższym wynikiem. Obecnie tylko konsument, który indywidualnie poszerzy posiadane przez siebie informacje z tego zakresu będzie miał pewność odnośnie do jakości i wartości odżywczych elementów składowych kupowanych produktów. Rozwinięcie edukacji konsumenckiej wśród młodych ludzi, a nawet dzieci w wieku szkolnym z pewnością przyniosłoby pozytywne skutki w sferze ich przyszłych decyzji zakupowych.



Rysunek 3. Czy sprawdza Pani/ Pan składy kupowanych produktów?

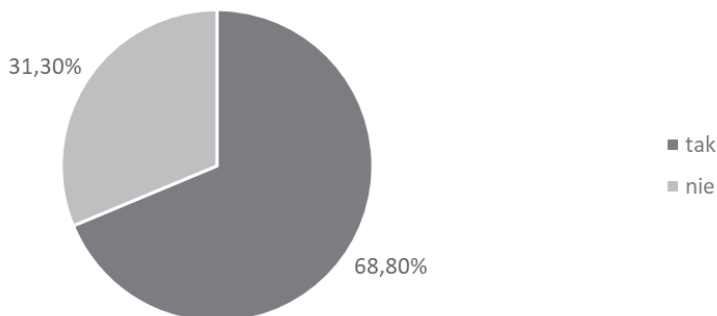
Źródło: opracowanie własne.



Rysunek 4. Czy uważa Pani/ Pan, że prawidłowo odczytuje składy produktów?

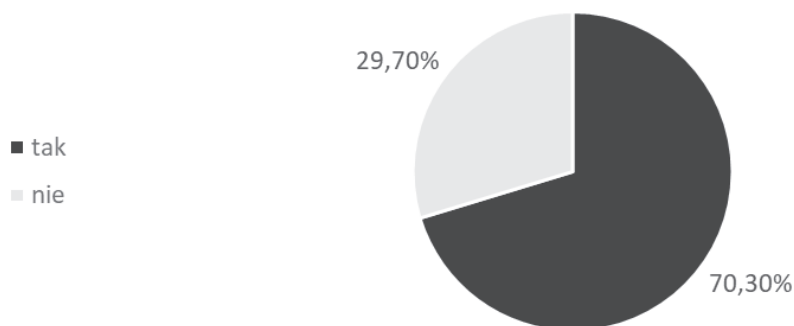
Źródło: opracowanie własne.

Świadomy konsument według przyjętej definicji jest osobą, która zakupy robi z listą potrzebnych produktów, natomiast tę listę robi po wcześniejszym chociażby wstępnym zaplanowaniu posiłków, jakie będzie chciał z nich przygotować. Opiniodawcy zostali zapytani o to czy planują jakie i w jakiej ilości dobra spożywcze chcą kupić oraz czy przed przystąpieniem do ich nabycia ustalają potrawy, które będą chcieli ugotować z tej żywności. Należy zauważyć, że wyniki mimo, iż są zbliżone, to pokazują, że są osoby rozważające nad jadłospisem, ale nie ustalające wcześniej jakie składniki będą przydatne do jego zrealizowania. W obu przypadkach przeważająca część ankietowanych odpowiedziała twierdząco, w związku z tym można stwierdzić, że znaczący odsetek młodych ludzi, którzy jak można przypuszczać zwraca uwagę na swoją dietę, stara się prowadzić świadomą konsumpcję. Uzyskane informacje są zadowalające, gdyż świadczą o stosunkowo wysokim poziomie jednego z czynników badanej w ankiecie świadomej konsumpcji.



Rysunek 5. Czy tworzy Pani/ Pan listę zakupów przed ich zrobieniem?

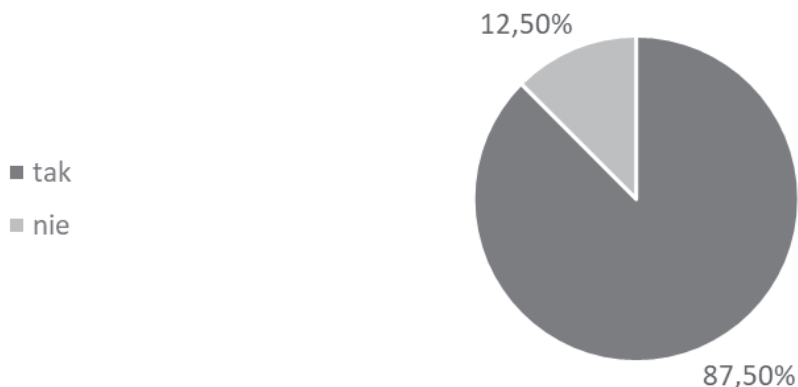
Źródło: opracowanie własne.



Rysunek 6. Czy planuje Pani/ Pan posiłki przed kupieniem produktów?

Źródło: opracowanie własne.

W celu dbania o własne zdrowie oraz jakość spożywanej żywności istotne jest sprawdzanie jej terminu ważności. Badana zbiorowość w prawie dziewięćdziesięciu procentach weryfikuje datę zawartą na kupowanych produktach. Liczba ta wskazuje, że jest to element, który rzeczywiście jest decydujący w procesie zakupowym. Mimo obiecującego wyniku zastanawiające jest czy informacja ta na opakowaniach jest poprawnie odczytywana. W trakcie nabywania towarów nie ma to wyjątkowo dużego znaczenia, lecz wpływa na poziom marnotrawstwa żywności przez nieprawidłowe interpretowanie danych z etykiet. Spotykane są dwa sformułowania, tj. „należy spożyć do...” oraz „należy spożyć przed...”. Pierwsze z nich stosowany jest w przypadku żywności szybko ulegającej zepsuciu, jak nabiał czy mięso, zatem oznacza, że spożyć można ją do tej konkretnej daty, gdyż w terminie późniejszym może to wiązać się z zatruciem pokarmowym. Drugie oznaczenie dotyczy produktów, które można przechowywać dłużej, przeważnie są to makarony, ryż czy przyprawy. Taki termin będzie jedynie zalecany, natomiast po przekroczeniu go produkt w dalszym ciągu jest zdatny do spożycia, lecz zmianie ulec może jego smak bądź konsystencja i za nie producent nie bierze w takim przypadku odpowiedzialności (www.gov.pl, 2021).

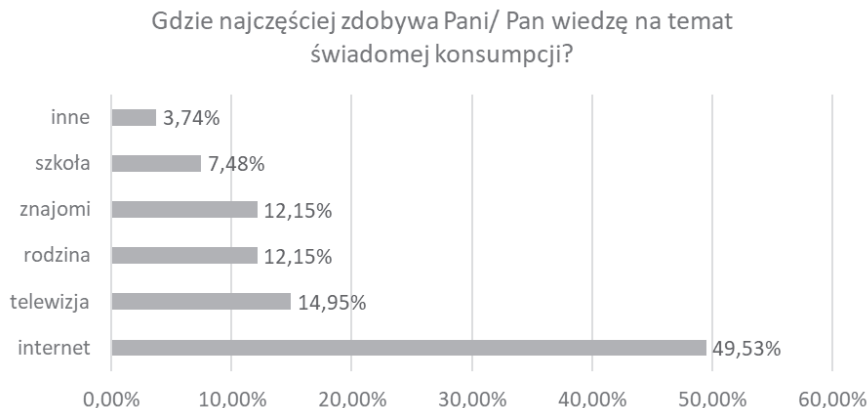


Rysunek 7. Czy sprawdza Pani/ Pan termin ważności kupowanych produktów?

Źródło: opracowanie własne.

Przeprowadzone zostało również rozeznanie skąd studenci Fizjoterapii czerpią wiedzę dotyczącą badanego zagadnienia. W prawie połowie przypadków odpowiedzią był Internet, obecnie jest on źródłem informacji dla większości młodej części społeczeństwa, zatem wynik nie jest zaskakujący, natomiast szkoła to niecałe osiem procent, co przeciwnie, jest bardzo niskim wynikiem świadczącym o tym, że świadomość badanych budowana była w przeważającym stopniu indywidualnie, co ma odniesienie we

wcześniejszych wynikach ankiety. Pozytywny wydźwięk ma wynik uzyskany przez odpowiedź „znajomi”, oznaczający, że wśród fizjoterapeutów jest to temat poruszany i poszerzany.



Rysunek 8. Gdzie najczęściej zdobywa Pani/ Pan wiedzę na temat świadomej konsumpcji?

Źródło: opracowanie własne.

Wnioski

Podsumowując ogół badań na temat świadomej konsumpcji wśród studentów fizjoterapii można zauważyć, że badane zjawisko nie jest obce badanej grupie. Młodzi ludzie znają znaczenie świadomej konsumpcji, lecz duża część z nich nie uważa się za osoby żyjące w pełnej zgodzie z tą tendencją. Natomiast, pomimo niekwalifikowania swojej osoby do grupy świadomych konsumentów, można stwierdzić, że mają w sobie nabyte w przeszłości, w dzieciństwie, zwyczaje, które nawet podświadomie praktykują. Zestawiając ze sobą wszystkie podane przez respondentów interpretację badanego zjawiska, można uzyskać pełną i poprawną definicję terminu. Na tej podstawie można zauważyć, że ankietowani mają potrzebną wiedzę, lecz być może w niewystarczającym stopniu mieli już okazję obcyć się z jej wykorzystaniem w praktyce. Duży procent badanych bierze pod uwagę datę przydatności kupowanych produktów, aczkolwiek stosunkowo spora część pomija ten proces, co jest zjawiskiem zastanawiającym, gdyż stanowi to duże prawdopodobieństwo zakupu przeterminowanej żywności, co w efekcie może skutkować zatruciem pokarmowym lub uszczerbkiem na zdrowiu. Ponad połowa badanych stwierdziła, że nie jest pewna lub nie wie czy prawidłowo odczytuje informacje zamieszczone na etykietach towarów, co mogłoby ulec zmianie

po rozpowszechnieniu wiedzy na ten temat. Pomimo, że w obecnych czasach dostęp do Internetu i innych źródeł wiedzy jest powszechny nadal nie wszyscy respondenci wykazują chęć zagłębienia się w ten temat, aby świadomie kupować produkty z odpowiednim składem, właściwe dla naszej diety oraz naszego zdrowia. Istnieje również wiele aplikacji, które pozwalają sprawdzić jakość produktu po zeskanowaniu jego kodu kreskowego. Natomiast do się zauważyć, że większość badanych stara się planować swoje posiłki oraz zakupy, w rezultacie czego w gospodarstwach domowych marnuje się mniej żywności. Poprzez wcześniejsze przemyślenie i sporządzenie listy potrzebnych rzeczy ankietowani nie muszą spędzać na zakupach tak wiele czasu, jak osoby, zastanawiające się nad tym już na miejscu. Widząc odpowiedzi należałoby stwierdzić, że osoba zorganizowana i dbająca o swój czas dąży, nawet podświadomie, do bycia świadomym konsumentem. Przyszli fizjoterapeuci czerpią informacje o danym zagadnieniu w przeważającej części z Internetu, lecz warto zauważyć, że tak ważna wiedza powinna być przekazywana od najmłodszych lat w szkołach, w przynajmniej podstawowym zakresie. Zadowolającym jest wyciągnięty z odpowiedzi wniosek, jakim jest fakt, że młodzi ludzie rozmawiają i poszerzają swoją świadomość wśród swoich znajomych. Pokazuje to, że osoby studiujące ten kierunek, będą na odpowiednim miejscu, aby dzielić się tą wiedzą.

Piśmiennictwo

1. Business Insider Polska. (2022). *Konsumpcja – czym jest i co ją determinuje*. Pobrane z: <https://businessinsider.com.pl/poradnik-finansowy/oszczedzanie/konsumpcja-czym-jest-i-co-ja-determinuje/qzfwv3x> (dostęp: 29.04.2025).
2. Dejnak, A. (2019). Ways of nutrition by consumers – New trends. W: W. Nowak, K. Szalonki (red.), *Zdrowie i style życia : wyzwania ekonomiczne i społeczne* (s. 97-110). Uniwersytet Wrocławski. <https://doi.org/10.34616/23.19.108>
3. Encyklopedia Zarządzania. (2023). *Encyklopedia Zarządzania*. <https://mfiles.pl>
4. Główny Inspektorat Sanitarny / PSSE Łobez. (2021). *#EUChooseSafeFood – „najlepiej spożyć przed” oraz „należy spożyć do” – czy jest między nimi różnica?* Pobrane z: <https://www.gov.pl/web/psse-lobez/euchoosesafefood--najlepiej-spozycprzed-oraz-nalezy-spozyc-do--czy-jest-miedzy-nimi-roznica2> (dostęp: 29.04.2025).
5. Szeniawska, K. (2021). *Świadoma konsumpcja. Kurs internetowy „Edukacja globalna z klasą” – Materiał pomocniczy do modułu 1*. Pobrane z: https://biblioteka.ceo.org.pl/wp-content/uploads/sites/4/2021/09/swiadoma_konsumpcja.pdf#page=1&zoom=auto,-272,842 (dostęp: 29.04.2025).
6. Webankieta. (2023). *Metoda CAWI – skąd wzięła się popularność ankiet internetowych?* Pobrane z: <https://www.webankieta.pl/blog/cawi-computer-assisted-web-interview/> (dostęp: 29.04.2025).