

Luomala, H. T., Paasovaara, R. ja Lehtola, K. *Exploring Consumers' Health Meaning Categories: Towards a Health Consumption Meaning Model*. *Journal of Consumer Behavior* (2006) 5(3): 269–279.

Kuluttajien terveyteen yhdistämien merkityskategorioiden tutkiminen: kohti terveellisyteen tähtäävän kuluttamisen merkityspohjaista mallia

Johdanto

Terveys on hyvin usein esillä massamediassa; terveellisen elämäntavan tavoittelu ja terveysriskien välttäminen ovat kauppiaille ja mainostajille loputon inspiraation lähde. Terveysmarkkinat tarjoavat monille yrityksille tuottavaa bisnestä. Niin kutsuttu terveysturismi länsimaista Intiaan, Singaporeen ja Thaimaahan kukoistaa. Amerikassa painonvartijat kasvattavat liikevaihtoaan ja kuluttajista yli 40 % on käyttänyt terveyttä edistäviä luontaistuotteita. Terveysmarkkinoinnin suosiota selittää luultavasti kuluttajien suuri tarve elinikää pidentäville tuotteille, palveluille ja kokemuksille. Ruoan valinnassa terveellisyys on tärkeimpiä valintakriteerejä. Toisaalta myös viranomaiset ovat painottaneet ruoan ja terveyden yhteyden tärkeyttä.

Lisääntynyt terveystietoisuus ei toisaalta ole johtanut pelkästään positiivisiin kokemuksiin kuluttajan kannalta; esimerkiksi terveystietoiset ihmiset lihovat entisestään ja heidän fyysinen kuntonsa rapautuu. Kuluttajien keskuuteen on levinnyt myös pelonsekaista ahdistusta, kun ruokaa tuotetaan geenimanipuloinnin avulla. Valmisruoat ovat yhä houkuttelevampia, mutta niiden lisäaineet mietittävät kuluttajia. Myös liiallinen terveyden tavoittelu on länsimaissa johtanut itse asiassa terveyden menettämiseen, kuten syömishäiriöihin. Tältä pohjalta tutkimuksessa pyrittiin lisäämään kuluttajien käyttäytymisestä kertovaa jäsennettyä tietoa ja luomaan alustava terveellisyteen tähtäävän kuluttamisen merkityspohjainen malli.

Otanta, menetelmä ja aineisto

Ikä ja maaseutumainen tai kaupunkimainen asuin ympäristö otettiin haastateltavien valintakriteereiksi. Otantastrategian määrittely oli kompromissi otoksessa olevan monimuotoisuuden teoreettisen kontrolloinnin ja tiedonkeruun käytännöllisten näkökohtien välillä. Eri-ikäisiä ja erilaisilta asuinalueilta olevista vastaajista muodostettiin kahdeksan keskusteluryhmää, joissa oli kussakin 5–7 henkilöä.

Subjektiiivisten merkitysten analysointiin tarvittiin kvalitatiivinen lähestymistapa, joten tutkimuksessa käytettiin muunneltua ryhmähaastattelumenettelyä. Kussakin ryhmässä oli kaksi koulutettua haastattelijaa, ja keskustelut olivat 30–90 minuutin pituisia. Toinen menetelmää koskeva valinta oli suorittaa aineiston analyysi tulkinnallisella tavalla standardimaisen sisällöntulkintavan lisäksi. Analyttistä prosessia ohjaamaan valittiin Thompsonin ja Troesterin (2002) luonnonmukaiseen lääketieteeseen uskovien kuluttajien keskuudessa tehdyn tutkimuksen pohjalta tunnistamat neljä terveyden perusmerkitystä (harmoninen tasapaino, yhteyksien oivaltaminen, tarkkaavaisuus ja joustavuus). Seuraavaksi kaikki kolme tutkijaa kävi itsenäisesti läpi puhtaaksikirjoitetut tekstit käyttäen edellä mainittua luokittelua tulkinnallisena työkaluna; sitten tutkijat kokoontuivat ja keskustelivat ja laativat ryhmän alakategorioita merkitysten vivahde-erojen havaitsemiseksi. Lopuksi tekstit koodattiin tulosten tulkintaa ja erittelyä varten.

Tulokset

Kuluttajien terveyteen yhdistämät merkitykset ovat syvällisiä ja monimuotoisia (tunnistettiin useita terveyteen liittyviä merkityskategorioita), ja joitakin iän ja asuin ympäristön aiheuttamia eroja havaittiin vastaajien kesken.

Harmoninen tasapaino (Harmonious balance)

Tässä kategoriassa löydettiin tulkinnallisen analyysin avulla kolme alaluokkaa. Mielen ja ruumiin tasapainoa pidettiin terveydelle tärkeänä. Yleiselle hyvinvoinnille olivat merkittäviä monipuolinen ruoka ja säännöllinen syöminen, samoin työn ja levon oikea suhde. Myös luonnon kanssa yhteydessä eläminen ja luonnossa liikkuminen olivat tärkeitä erityisesti maalla asuville.

Yhteyksien oivaltaminen (Making connections)

Kategorian nimellä tarkoitetaan kuluttajan tietoista havainnointia siitä, miten omat valinnat vaikuttavat terveenä pysymiseen. Ihmissuhteita sekä sosiaalisen elämän määrää ja laatua pidettiin terveydelle merkityksellisinä erityisesti maalla asuvien keskuudessa. Toinen havainto liittyi vastaajien konkreettisina pitämiin yhteyksiin käyttäytymisen ja valintojen positiivisista ja negatiivisista vaikutuksista terveyteen. Esimerkiksi oikeantyyppinen ruokavalion koettiin parantavan fyysistä vointia, ja prosessoimattoman ruoan koettiin maistuvan paremmalle ja sen ei uskottu aiheuttavan niin paljon allergioita ja ihottumaa kuin prosessoitu ruoka. Haastatellut uskoivat työstressin lisäävän epäterveellistä syömistä sekä juomis- ja nukkumisongelmia. Pessimistisen elämänasenteen ajateltiin kasvattavan sairauksien ja lyhyemmän elämän riskiä.

Tarkkaavaisuus (Mindfulness)

Otsikko viittaa itsetietoisuuden valppaaseen tilaan, missä yksilöt tulevat hyvin tietoisiksi ja arvostaviksi terveyteensä liittyvistä ja vaikuttavista asioista. Toinen alaluokka nimettiin kritiikiksi terveysviranomaisia kohtaan, koska haastatellut olivat epäileviä virallisen tahon tarjoamaa tietoa kohtaan. Erityisesti ristiriitainen tieto, kuten vaihtuvat suositukset, herätti kritiikkiä. Jotkut muokkasivat virallista tietoa arvioimalla ja suodattamalla omat ohjeensa terveelliselle elämäntyyliin. Erityisesti maalla asuvat olivat kriittisiä terveystiedon käsittelijöitä. Toinen alaluokka käsitteli terveyden edistämistä eri tavoin; aineistosta nousi esiin useita tällaisia tapoja, kuten tietyyntyyppisen ruokavalion noudattaminen, kuntoiluohjelmat, stressin lievittäminen jne. Myös itsensä kehittäminen ja uuden oppiminen koettiin terveydelle tärkeäksi varsinkin maalaisväestön keskuudessa.

Joustavuus (Flexibility)

Haastateltavien keskustelun pohjalta tulkittiin, että liian ankara terveellisten ohjeiden noudattaminen ei ollut tarkoituksenmukaista, vaan itsensä kohtuullinen hemmottelu koettiin tärkeäksi. Järkevä kompromissi terveysihanteiden ja käytännön elämän vaatimusten kanssa koettiin oleelliseksi nykyaikaisessa mukavuudenhaluisessa kulutuskulttuurissa. Terveenä pysymisen ajateltiin vaativan väliaikaista rentoutumista, kuten viikonloppuisin. Tuloksista ilmeni, että nuoremmat vastaajat olivat vanhempia vähemmän askeettisia elintavoiltaan.

Terveellisyteen tähtäävän kuluttamisen merkityspohjaisen mallin rakentaminen

Tulokset osoittivat, että terveyden käsite koostuu useista merkitysten pää- ja alakategorioista, ja että kulutus eri muodoissaan helpottaa ihmisten terveellisenä pitämää käyttäytymistä. Varovasti voitaneen myös todeta, että kuluttajien erilaisista taustoista aiheutuu hienoisia eroja terveyteen liitettävissä merkityksissä. Tutkimus muodostaa alkupisteen jatkotutkimukselle, joka pyrkii kvantifioimaan terveysmerkitysten mittaamisen. Periaatteessa voitaisiin laatia terveysmerkitysten eri aspekteja mittaava instrumentti, jolla olisi suuri arvo terveystuotteiden ja –palvelujen markkinoijille. Instrumentilla voitaisiin tutkia eri käsitysten merkitystä eri kuluttajaryhmille. Myös kuluttajalähtöisessä tuotekehityksessä olisi tärkeää ymmärtää kuluttajien terveyteen liittämiä merkityksiä, jotta mielekkäitä terveystuotekonsepteja voidaan kehittää kuluttajille.

Tutkimuksessa luotiin alustava malli, joka kuvaa terveyteen liitettävien merkitysten muodostumiseen vaikuttavia voimia. Sen perusoletus on, että terveysmerkitykset muodostuvat yhteisvaikutuksessa kuluttajan ja hänen sosiaalisen ja kulttuurisen ympäristönsä kanssa. Yksilötekijöihin vaikuttavat mm. ikä, sukupuoli, mieliala ja persoonallisuus. Sosiokulttuurisista taustatekijöistä merkitystä on ainakin arvoilla, normeilla, medially sekä viite- ja taustaryhmillä.