

DOI: [10.14515/monitoring.2026.4.3088](https://doi.org/10.14515/monitoring.2026.4.3088)**М. А. Карцева, А. И. Ким, Ж. В. Чернова****СТИЛЬ ЖИЗНИ В ПИТАНИИ (FOOD-RELATED LIFESTYLE):
АДАПТАЦИЯ И АПРОБАЦИЯ ИНСТРУМЕНТА В РОССИЙСКОМ
КОНТЕКСТЕ НА ДАННЫХ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
И ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ****Правильная ссылка на статью:**

Карцева М. А., Ким А. И., Чернова Ж. В. Стиль жизни в питании (Food-Related Lifestyle): адаптация и апробация инструмента в российском контексте на данных Санкт-Петербурга и Ленинградской области // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2026. № 4. С. 252—281. <https://www.doi.org/10.14515/monitoring.2026.4.3088>.

For citation:

Kartseva M. A., Kim A. I., Chernova Z. V. (2026) Food-Related Lifestyle: Adaptation and Empirical Testing of the Instrument in the Russian Context. Evidence from Saint Petersburg and Leningrad Oblast. *Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes*. No. 4. P. 252–281. <https://www.doi.org/10.14515/monitoring.2026.4.3088>. (In Russ.)

Получено: 14.08.2025. Принято к публикации: 26.06.2026.

СТИЛЬ ЖИЗНИ В ПИТАНИИ (FOOD-RELATED LIFESTYLE): АДАПТАЦИЯ И АПРОБАЦИЯ ИНСТРУМЕНТА В РОССИЙСКОМ КОНТЕКСТЕ НА ДАННЫХ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА И ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

FOOD-RELATED LIFESTYLE: ADAPTATION AND EMPIRICAL TESTING OF THE INSTRUMENT IN THE RUSSIAN CONTEXT. EVIDENCE FROM SAINT PETERSBURG AND LENINGRAD OBLAST

КАРЦЕВА Марина Анатольевна — кандидат экономических наук, зам. директора центра «Институт социального анализа и прогнозирования» Института прикладных экономических исследований, Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ, Москва, Россия
E-MAIL: kartseva-ma@ranepa.ru
<https://orcid.org/0000-0002-4292-3597>

Marina A. KARTSEVA¹ — Cand. Sci. (Econ.), Deputy Director, Center “Institute for Social Analysis and Forecasting” at Institute for Applied Economic Research
E-MAIL: kartseva-ma@ranepa.ru
<https://orcid.org/0000-0002-4292-3597>

КИМ Анастасия Игорьевна — главный эксперт центра межотраслевой экспертизы «Третий Рим», Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ, Москва, Россия
E-MAIL: kim-ai@ranepa.ru
<https://orcid.org/0009-0009-5286-0890>

Anastasia I. KIM¹ — Leading Expert, Center of Expertise TRIM
E-MAIL: kim-ai@ranepa.ru
<https://orcid.org/0009-0009-5286-0890>

ЧЕРНОВА Жанна Владимировна — доктор социологических наук, ведущий научный сотрудник сектора социологии семьи, гендерных и сексуальных отношений, Социологический институт РАН — филиал ФНИСЦ РАН, Санкт-Петербург, Россия
E-MAIL: chernova30@mail.ru
<https://orcid.org/0000-0003-3416-5287>

Zhanna V. CHERNOVA² — Dr. Sci. (Soc.), Leading Researcher
E-MAIL: chernova30@mail.ru
<https://orcid.org/0000-0003-3416-5287>

¹ RANEPa, Moscow, Russia

² Sociological Institute of the FCTAS RAS, St. Petersburg, Russia

Аннотация. В работе исследуется стиль жизни в питании на примере Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Теоретической основой работы является концепция стиля жизни в питании (food-related lifestyle), объединяющая когнитивные, эмоциональные и поведенческие аспекты пищевого поведения и широко применяемая в международных сравнительных исследованиях. Эмпирическую основу работы составляют данные количественного опроса населения по вопросам питания, проведенного авто-

Abstract. The study examines food-related lifestyle patterns in Russia, using Saint Petersburg and Leningrad Oblast as a case study. The theoretical framework is the food-related lifestyle (FRL) concept, which integrates cognitive, emotional, and behavioural aspects of eating and is widely used in international comparative research. The empirical basis is an original survey on eating habits conducted by the authors in Saint Petersburg and the Leningrad region between December 2024 and January 2025 (N = 703). The survey was conducted

рами в Санкт-Петербурге и Ленинградской области в период с декабря 2024 по январь 2025 г. ($N = 703$). Опрос проводился методом личного интервью по многоступенчатой территориальной выборке: объем выборки пропорционально распределялся между Санкт-Петербургом, городскими и сельскими поселениями Ленинградской области. С помощью латентного классового анализа выделено пять сегментов по стилю жизни в питании, значимо различающиеся по вовлеченности, инновативности и ответственности: ценители еды (высокая вовлеченность, инновативность и ответственность), экспериментаторы (высокая инновативность), консерваторы (высокая вовлеченность, низкая инновативность), умеренные (средние показатели по всем осям) и равнодушные (низкие показатели по всем осям). Проведено профилирование сегментов по основным практикам питания, ценностям, социально-демографическим характеристикам. Дополнительно в работе реализован эконометрический анализ связи сегментов и вероятности нездорового питания. Показано, что нездоровые пищевые привычки в меньшей степени распространены среди экспериментаторов и умеренных. Результаты исследования подтвердили, что принадлежность к сегменту по стилю жизни в питании — значимый предиктор нездорового питания при контроле на социально-демографические характеристики.

Ключевые слова: стиль жизни в питании, практики питания, ценности, нездоровое питание, социология питания

Благодарность. Настоящая статья подготовлена по результатам самостоятельного анализа авторами эмпирических данных, собранных в ходе реализации проекта «Образ жизни современного российского общества: региональный и профессиональный аспекты», поддержанного Институтом

through face-to-face interviews using a multi-stage, area-based sampling design. The sample was allocated proportionally across St Petersburg and the urban and rural settlements of Leningrad Oblast. Latent class analysis identifies five food-related lifestyle segments that differ significantly in terms of food involvement, food innovativeness and food responsibility: “foodies” (high involvement, innovativeness and responsibility), “adventurers” (high innovativeness), “conservative” (high involvement, low innovativeness), “moderates” (average scores on all dimensions) and “uninvolved” (low scores on all dimensions). We profile the segments by nutrition practices, Schwartz’s values, and sociodemographic characteristics. In addition, an econometric analysis is carried out to examine the association between segment membership and the probability of exhibiting unhealthy eating behaviour. The findings show that unhealthy eating habits are less prevalent among adventurers and moderates, and that the food-related lifestyle segment is a significant predictor of unhealthy eating after controlling for socio-demographic characteristics.

Keywords: food related lifestyle, food-related behavior, life values, eating practices, sociology of nutrition

Acknowledgments. This article is the result of the authors' independent analysis of empirical data collected during the implementation of the project named “Lifestyle of Modern Russian Society: Regional and Professional Aspect”, supported by the Gaidar Institute for Economic Policy in 2024-2025. The authors

экономической политики имени Е. Т. Гайдара в 2024—2025 гг. Авторы выражают благодарность Институту, а также лично Дарье Цыплаковой за содействие в реализации проекта. Авторы также выражают благодарность рецензентам и редакторам журнала за ценные рекомендации, способствовавшие улучшению качества работы.

express their gratitude to the Institute and personally to Daria Tsyplakova for facilitating the implementation of the project. The authors also express their gratitude to Yakov Shcheglov for his assistance in developing the theoretical framework of the study and for his valuable recommendations, which contributed to improving the quality of the work.

Введение

Изучение стилей жизни в питании (food-related lifestyle, FRL)¹ занимает важное место в междисциплинарных исследованиях, связанных с социологией, психологией, экономикой и здоровьесбережением [Grunert, 2019]. Сегодня пищевое поведение рассматривается не только как удовлетворение биологических потребностей, но и как набор социокультурных практик, формирующих социальную идентичность, воспроизводящих стратификационные различия и реагирующих на глобальные вызовы, такие как забота о здоровье и изменение климата. Стил жизни в питании характеризует людей по той роли, которую еда играет в их жизни, связывая общие установки с достижением желаемого результата [Brunsø, Scholderer, Grunert, 2004a]. Предполагается, что FRL является посредником между личными ценностями потребителей и поведением в конкретной ситуации (практиками питания) [Grunert, 2006].

Актуальность изучения стилей жизни в питании в России обусловлена прежде всего состоянием отечественной социологии питания: количественные исследования в этой области, как правило, ограничиваются фиксацией отдельных поведенческих паттернов (частоты потребления тех или иных продуктов) без выявления ценностных и когнитивных оснований, которые эти паттерны формируют [Веселов и др., 2018; Ганскау и др., 2014; Немкова, 2008]. Концепция FRL позволяет преодолеть это ограничение: она связывает наблюдаемые практики питания с ценностными ориентациями и поведенческими установками, открывая возможность не только описать, что едят россияне, но и понять, почему, и тем самым формировать более точные основания как для маркетинговых стратегий, так и для политик в области здоровьесбережения [Pérez-Cueto et al., 2010; Thøgersen, 2017].

Поиск подходов к эмпирическому анализу FRL начался в середине 1990-х годов. В частности, был разработан специализированный социологический инструмент, позволяющий провести количественный анализ FRL, а также выполнить сегментацию населения по FRL [Brunsø, Grunert, 1995; Grunert et al., 2001]. Вопросник для анализа FRL позволяет собрать информацию о мотивах и способах приобретения, вопросах качества, о способах приготовления и ситуациях потребления различных продуктов питания. Изначально инструмент FRL использовался преимущественно в маркетинговых исследованиях для анализа потребительского поведения

¹ Устоявшегося русскоязычного перевода термина *food-related lifestyle* в отечественной социологической литературе пока не сложилось. Авторы используют вариант «стиль жизни в питании» как наиболее близкий к социологической традиции изучения стилей жизни и употребляют его наравне с аббревиатурой FRL.

с целью разработки эффективных стратегий продвижения продуктов, таргетированных рекламных кампаний. Впоследствии было показано, что понимание FRL может дать политикам важную информацию для разработки и имплементации политик в области сохранения и укрепления здоровья населения [Pérez-Cueto et al., 2010], а также политик в области устойчивого питания [Thøgersen, 2017]. В целом инструмент оценки FRL был успешно использован более чем в ста исследованиях с целью сегментации потребителей, объяснения и прогнозирования поведения, связанного с едой [см. Brunsø et al., 2021; Thøgersen, 2017].

В России социология питания — развивающееся направление исследований. Немногочисленные эмпирические работы, использующие количественный анализ, сфокусированы в основном на рассмотрении практик потребления продуктов питания [например, Веселов, Чернов, 2020; Веселов и др., 2018; Ганскау и др., 2014; Немкова, 2008]. Насколько нам известно, работ, посвященных анализу стиля жизни в питании с помощью специализированного инструмента, не проводилось.

В данной работе предпринимается попытка использования инструмента оценки FRL, широко применяемого в зарубежной литературе [Brunsø et al., 2021] для количественного изучения стиля жизни в питании. Апробация инструментария проводится с использованием опроса населения Санкт-Петербурга и Ленинградской области, проведенного авторами в период с декабря 2024 по январь 2025 г. ($N = 703$). В статье рассматриваются возможности и особенности практического применения инструмента FRL в России. В частности, выполнена сегментация респондентов по стилю жизни в питании, проанализирована связь стиля жизни в питании с ценностями, практиками питания и социально-демографическими характеристиками.

Отдельным направлением работы стало изучение возможностей инструмента FRL для анализа детерминант, связанных с нездоровым питанием. Нездоровое питание — ключевой фактор риска, способствующий развитию неинфекционных заболеваний, на которые приходится значительная доля инвалидности и смертности (сердечно-сосудистые заболевания, диабет, некоторые виды онкологических заболеваний и пр.) [World Health Organization, 2025; Afshin et al., 2019]. В глобальной стратегии ВОЗ по диете, физической активности и здоровью подчеркивается необходимость разработки и реализации национальной политики, направленной на улучшение питания населения [World Health Organization, 2004]. В России большое внимание уделяется здоровому питанию, формированию здоровых пищевых привычек населения. Продвижение принципов здорового питания входит в задачи, сформулированные в Стратегии повышения качества пищевой продукции в Российской Федерации до 2030 г.² В 2019—2024 гг. в рамках национального проекта «Демография» Роспотребнадзор реализован проект «Здоровое питание». В настоящее время ведомство продолжает реализацию комплекса мероприятий по проекту, направленных на продвижение принципов здорового питания (просветительские программы, мониторинг питания и качества продуктов, развитие обучающих центров). Понимание дополнительных поведенческих характеристик,

² Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 июня 2016 г. № 1364-р «Об утверждении Стратегии повышения качества пищевой продукции в Российской Федерации до 2030 г.»

связанных с нездоровыми пищевыми привычками, в частности стиля жизни в питании, может дать важную информацию для формирования эффективной таргетированной политики, направленной на популяризацию правильного питания (например, информационных кампаний).

Статья имеет следующую структуру: сначала описываются теоретические основы исследования, далее характеризуются данные, служащие эмпирической базой работы, обсуждается используемый инструмент оценки стиля жизни в питании, приводятся основные описательные статистики. Затем рассматривается методика исследования и приводятся результаты работы. В заключении приводятся основные выводы и обсуждаются ограничения исследования.

Теоретические основания исследования

Современная социология потребления рассматривает пищевое поведение как сложную социальную практику, формируемую в результате взаимодействия биологических потребностей, культурных кодов, социальных норм и стратификационных процессов. Еда выполняет не только утилитарную функцию, но и служит средством символической коммуникации, выражения идентичности и социальной принадлежности. Ряд исследований демонстрирует, что стили питания определяются такими характеристиками социального положения индивидов, как доход, уровень образования, гендер и класс [Darmon, Drewnowski, 2008]. Эти социальные различия влияют на то, как представители различных группы воспринимают и организуют свои практики питания, что в значительной степени отражает их социально-экономический статус. Одним из важных инструментов для анализа этих различий является концепция стиля жизни в питании (food-related lifestyle, далее также FRL) [Brunsø, Grunert, 1995]. Стил жизни в питании, FRL, — это устойчивая, индивидуально специфичная конфигурация когнитивных, эмоциональных и поведенческих ориентаций, определяющих отношение человека к пище: от выбора и приобретения продуктов до их приготовления и потребления. Концепция FRL акцентирует внимание на ценностных основаниях предпочтений в еде и отличается от традиционных моделей потребительского поведения, которые чаще фокусируются исключительно на рациональных или экономических аспектах выбора. В отличие от понятия «пищевые предпочтения», FRL описывает целостный паттерн, в котором мотивы, ценности, практики и ситуационные контексты образуют связную и относительно устойчивую систему [Brunsø, Grunert, 1995; Grunert et al., 2001]. Именно это делает концепцию инструментом не просто описания пищевого поведения, но и сегментации населения по его типу.

Хотя в рамках FRL ценности не измеряются напрямую, модель концептуально и эмпирически соотнесена с исходной десятикомпонентной теорией базовых индивидуальных ценностей Ш. Шварца [Schwartz, 1992]. Исследования показали, что отдельные измерения FRL, например ориентация на новизну и удовольствие, положительно коррелируют с такими ценностями, как стимуляция и автономия, в то время как склонность к традиционализму и планированию питания соотносится с ценностями безопасности, конформизма и традиции [Brunsø et al., 2004b]. FRL можно рассматривать как медиатор между базовыми ценностными ориентациями и практиками питания. Исследование связей между измерения-

ми FRL и ценностными доменами модели Шварца дает свидетельства номологической валидности конструкта: обнаруженные взаимосвязи в целом соответствуют теоретически ожидаемому паттерну [Brunsø et al., 2004b]. При этом FRL представляет собой более конкретный, предметно-специфический уровень организации пищевого поведения и не является непосредственной операционализацией базовых ценностей.

С развитием концепции FRL были выделены три ключевые оси — вовлеченность, инновативность и ответственность [Brunsø et al., 2021]. Вовлеченность отражает степень интереса к еде и удовольствия от питания. Инновативность фиксирует готовность пробовать новые продукты, кухни и способы приготовления. Ответственность характеризует ориентацию на экологические, этические и здоровьесберегающие критерии при выборе продуктов [Brunsø et al., 2021]. Три оси формируют единое концептуальное пространство, в котором респонденты сегментируются по стилю жизни в питании. Эти изменения отражают эволюцию социальных ожиданий в отношении питания, включая повышение интереса к устойчивому производству, вопросам экологии и здорового образа жизни [Thøgersen, 2017]. Например, потребители, которые высоко оценивают инновативность, могут быть склонны выбирать продукты, соответствующие последним трендам в питании, таким как суперфуды или продукты с низким содержанием жира, в то время как те, кто ориентируется на вовлеченность в практики питания, могут тратить больше времени на приготовление пищи и заботиться о ее качестве и составе. Эти потребительские практики также могут быть связаны с ответственностью, выражающейся в предпочтении экологически чистых продуктов или заботе о здоровье через рациональное питание.

Концепция FRL показала высокую аналитическую ценность в разнообразных контекстах. Например, применение этой модели для анализа гендерных различий в практиках питания показало, что мужчины и женщины могут иметь разные подходы к выбору продуктов и приготовлению еды, что отражает не только культурные ожидания, но и социальные различия, связанные с их ролями в обществе [Hamam et al., 2024]. Данная концепция была успешно использована для анализа потребительских практик и пищевого поведения [Stancu et al., 2022; Thøgersen, 2017; Szakály et al., 2012], а также для изучения взаимосвязей между стилями питания и рисками ожирения [Pérez-Cueto et al., 2010].

Это также подчеркивает необходимость включать в анализ ценностные ориентации, социальные и культурные предпочтения при изучении того, как устроено поведение индивидов в сфере питания. В этом смысле концепция FRL, сочетающая ценностный подход и теорию практик, дает нам комплексное понимание, выступая своеобразным медиатором между ценностными ориентациями и практиками питания. Она помогает понять, как различные социальные группы выбирают продукты, исходя из своих ценностных предпочтений, уровня вовлеченности, инновативности и ответственности в отношении еды. Это концептуализирует питание не только как физиологическую потребность, но и как социальную практику, которая отражает более широкие социальные и культурные процессы, включая экономические и экологические аспекты потребления [Warde, 2005, 2014; Gronow, 2002, 2019; Веселов, 2020].

Эмпирическая основа исследования: инструментарий обследования, данные, описательные статистики

Эмпирическую основу работы составили данные обследования населения Санкт-Петербурга и Ленинградской области по вопросам питания, проведенного в период с декабря 2024 по январь 2025 г. Опрос был реализован в 17 районах Санкт-Петербурга и в 20 городских и 22 сельских поселениях Ленинградской области. Выбор поселений для проведения опроса в Ленинградской области осуществлялся экспертным образом с учетом информации о численности населения области в разрезе муниципальных образований, публикуемой Росстатом. Опрос был проведен по маршрутной выборке³. При этом в городских населенных пунктах стартовая точка маршрута определялась случайным образом. В сельских населенных пунктах улица выбиралась интервьюером, опрос начинался с первого дома улицы. Шаг маршрута в многоквартирных домах был равен пяти, в частной застройке — двум. Респонденты в домохозяйствах отбирались согласно квотному заданию (квоты по полу и возрасту были сформированы на основе информации о генеральной совокупности жителей двух регионов). Опрос проводился по месту жительства респондента с помощью личного интервью по заранее разработанной анкете. Основные социально-демографические характеристики выборки представлены в электронном приложении в таблице 1 [Приложения](#).

Ценности анализировались с использованием портретного ценностного опросника Шварца для измерения десяти базовых ценностей [Schwartz, 2003]⁴. Респондентам предлагалось 21 описание людей с различными ценностями, которые они оценивали по шестибалльной шкале от «совсем не похож на меня» до «очень похож на меня». Для корректировки смещения, вызванного особенностями стиля ответов респондентов (например, использования только определенных частей шкалы), мы выполнили центрирование каждого ценностного индекса относительно среднего ответа респондента по всем вопросам ценностного опросника (ipsatization) [Магун, Руднев, 2008]. Центрированные показатели интерпретируются как относительные ценностные приоритеты (по сравнению со средним уровнем оценки всех ценностей). Средние значения центрированных ценностных индексов (см. рис. 1 [Приложения](#)) показывают, что наиболее значимы для участников опроса безопасность, доброжелательность и универсализм, тогда как наименее значимы стимуляция и власть.

Инструмент эмпирической оценки стиля жизни в питании

Эмпирические исследования стиля жизни в питании были начаты в середине 1990-х годов [Brunsø, Grunert, 1995; Grunert et al., 2001]. Их основной целью была сегментация населения с точки зрения стиля жизни в питании. Для этого был разработан вопросник, состоящий из 69 утверждений с семибалльными шкалами (от 1 «совершенно не согласен» до 7 «согласен»). Вопросник позволяет оценить 23 параметра стиля жизни в питании и охватывает пять областей — мотивы и способы покупки, аспекты качества, способы приготовления и ситуации по-

³ Маршрутные выборки широко применяются в современной практике проведения опросов населения (см., например, [AAPOR, 2016; Jabkowski, Kołczyńska, 2020]).

⁴ Подробности применения метода в России подробно обсуждаются в [Магун, 2023].

требления. Этот инструмент был многократно использован в исследовательской практике и показал свою надежность, кросс-национальную и кросс-культурную валидность (см., например, [Thøgersen, 2017; Pérez-Cueto et al., 2010; Scholderer et al., 2004; Brunsø et al., 2004b]). Однако у данного инструмента имеются некоторые недостатки — он достаточно сложен и его применение требует существенных материальных затрат на сбор информации.

На основе базового инструмента в работе [Brunsø et al., 2021] был предложен сокращенный инструмент изучения FRL — для каждого направления (вовлеченность, инновативность, ответственность) помощью эксплораторного факторного анализа было определено пять показателей, которые в большей степени коррелируют с анализируемыми направлениями. Таким образом, новый инструмент содержит всего 15 вопросов. В исходном исследовании были подтверждены надежность, кросс-культурная валидность и измерительная инвариантность данной версии инструмента [ibid.]. В дальнейшем инструмент применялся для изучения пищевых практик и потребительской сегментации в различных национальных контекстах [Stancu et al., 2022; Hamam et al., 2024].

В нашем исследовании мы используем именно этот инструмент [Brunsø et al., 2021]. Перевод на русский язык осуществлялся авторами с помощью двойного перевода. Была проведена апробация русскоязычного инструмента (десять респондентов), которая позволила внести дополнительные коррективы, связанные с особенностями восприятия вопросов русскоязычными респондентами. В отличие от версии, предложенной в работе [ibid.], в нашем исследовании шкала ответов была сокращена с семи до четырех позиций: 1) «совершенно не согласен», 2) «скорее не согласен», 3) «скорее согласен», 4) «совершенно согласен». Данное изменение было введено для упрощения понимания вопроса респондентом. Формулировки утверждений, средние оценки по ним и агрегированные средние оценки по направлениям представлены в таблице 2 [Приложения](#). Средняя оценка по направлению «вовлеченность» составила 3,11, по направлению «инновативность» — 2,69, а по направлению «ответственность» — 3,05.

Вопросы, касающиеся вовлеченности и инновативности, не вызвали особых сложностей у респондентов — доля пропущенных значений для этих вопросов не превышает 1,6 % (см. табл. 2 [Приложения](#)). Однако вопросы, связанные с ответственностью, привели к большим затруднениям: уровень неответов варьировался от 2 до 12 %. Сложнее всего оказалось определиться с утверждениями «Я стараюсь выбирать продукты, при производстве которых не был нанесен вред окружающей среде» и «Важно, чтобы люди понимали влияние наших пищевых привычек на окружающую среду»: оценить свою степень согласия с каждым из них не смогли 11 % и 12 % опрошенных соответственно. Хотя бы одно из этих утверждений не смогли оценить 20 % респондентов. Кроме того, в методических отчетах интервьюеры отмечали, что именно эти вопросы имели высокую когнитивную сложность. С большой вероятностью это связано с тем, что в российском контексте тема экологической ответственности, включая ответственность в питании, слабо институционализирована и воспринимается скорее как индивидуальная инициатива, чем как устойчивая социальная норма [Лебедева, 2021; Шабанова, 2022].

Принимая во внимание значительную долю отказов, которая может создавать смещение выборки (использование обоих утверждений привело бы к сокращению выборки на 20 %), а также значительные сложности в восприятии утверждений, в работе было принято решение отказаться от использования этих двух показателей для сегментации. Для использования в российской практике данные утверждения нуждаются в дополнительном когнитивном тестировании и доработке, которые могут быть выполнены на дальнейших этапах работы.

Инструмент эмпирической оценки практик питания

В анкету обследования были включены вопросы, характеризующие практики питания респондентов. За основу был взят инструмент, использующийся в работе [Brunsø et al., 2021], который содержит 34 утверждения. В нашем исследовании инструмент был расширен с учетом изменений в организации онлайн-покупки еды в России. Развитие e-grocery и онлайн-доставки готовой еды привело к формированию различных способов приобретения продуктов и готовых блюд [Ахенов et al., 2022]. Поэтому вместо общего утверждения «Покупаю онлайн» были включены три отдельных утверждения: «Покупаю продукты или готовую еду онлайн и забираю сам(а) из магазина, кафе, ресторана или пункта выдачи», «Пользуюсь доставкой продуктов на дом», «Пользуюсь доставкой готовой еды на дом». Кроме того, в раздел, касающийся потребления отдельных продуктов, было добавлено утверждение «Пью крепкий алкоголь», так как, несмотря на некоторые позитивные тенденции, для населения России в целом характерна значительная доля крепких напитков в структуре потребления алкоголя [Стадник и др., 2025]. Дополнительно в раздел про потребление отдельных продуктов было включено утверждение «Пью, использую в приготовлении еды и напитков растительное молоко», что обусловлено изменением структуры потребления молочных продуктов в России [Novokshanova, Matveeva, Nikityuk, 2024] и ростом интереса к растительным альтернативам молоку как маркеру здоровьесберегающего стиля питания [Su et al., 2024]. В список утверждений о принятии пищи был добавлен элемент «Обедаю на работе/учебе тем, что приношу из дома». Данная практика отражает степень планирования питания и вовлеченности в домашнее приготовление пищи, которая, согласно литературе, является значимым маркером пищевого стиля жизни [Bisogni et al., 2002].

Таким образом, в вопросник вошли 39 утверждений, касающихся различных практик питания, частоту использования которых респондентам предлагалось оценить по шестибальной шкале (от 1 — «никогда» до 6 — «каждый день или почти каждый день»). Из 39 утверждений 12 касаются практик покупки продуктов питания, 3 — практик приготовления пищи, 15 — практик потребления отдельных продуктов питания и 9 — практик принятия пищи. Согласованность и надежность полученного набора утверждений оценивалась с помощью коэффициента альфа Кронбаха. Для всех практик питания альфа Кронбаха составила 0,71. Отдельно для практик покупки продуктов оценка альфы Кронбаха равна 0,70, для практик приготовления — 0,76 и для практик принятия пищи — 0,68. Полученные значения говорят о достаточной надежности инструмента [Peterson, 1994]. Подробнее список практик и средние оценки их частоты респондентами приведены в таблице 3 **Приложения**.

В рамках изучения возможностей практического применения инструментария FRL в работе анализируется связь стиля жизни в питании и вероятности нездорового питания. ВОЗ выделяет четыре принципа здорового питания: достаточность, сбалансированность, умеренность и рациональность [World Health Organization, 2024]. Операционализация здорового/нездорового питания в рамках социологического обследования представляет собой непростую задачу. В работе [Gil et al., 2015] представлен обзор наиболее часто используемых комплексных индикаторов качества диеты, однако использование таких показателей требует подробных статистических данных об особенностях питания респондентов, которые, как правило, собираются только в ходе специализированных обследований. В силу ограничений проведенного полевого исследования в работе мы определяем нездоровое питание через конкретные «нездоровые» продукты/паттерны потребления. Подобный подход достаточно распространен в эмпирической литературе [Kachwaha et al., 2024]. На основе доступных данных был сформирован перечень из пяти нездоровых пищевых привычек, а именно частое потребление сливочных/жирных соусов (3 раза в неделю и чаще), частое потребление фастфуда (1—2 раза в неделю и чаще), сладостей (3 раза в неделю и чаще), жирной/жареной пищи (несколько раз в неделю и чаще), чипсов и других снеков (несколько раз в неделю и чаще). Подобный набор типичен для исследования нездоровых пищевых привычек [Kachwaha et al., 2024; Hartman-Petrycka et al., 2022]. На этой основе построен порядковый индикатор нездорового питания, представляющий собой суммарное количество нездоровых пищевых привычек (от 0 до 5). Аналогичные индексы используются, например, в работе [Bergman et al., 2022], а также в рамках международного проекта [Global Diet Quality Project, 2022].

Согласно проведенным расчетам, только 13% опрошенных не имеют рассматриваемых нездоровых пищевых привычек. Треть респондентов имеют одну нездоровую пищевую привычку, две нездоровых пищевых привычки — 38% опрошенных, три-четыре — 16%. Никто из участников опроса не отметил все пять нездоровых привычек. Наиболее распространенной нездоровой пищевой привычкой является частое употребление чипсов и других снеков — 62% опрошенных едят эти продукты несколько раз в неделю и чаще. Треть респондентов (32%) часто едят жирную/жареную пищу. 28% регулярно (три раза в неделю и чаще) едят сливочные/жирные соусы. Каждый четвертый опрошенный (24%) часто потребляет сладости. 12% респондентов часто питаются фастфудом. Подробно показатели нездорового питания представлены в таблице 3 [Приложения](#).

Методика исследования

Сегментация по стилю жизни в питании

Для сегментации респондентов по стилю жизни в питании в работе был использован анализ латентных классов. Сегментация проводилась на базе информации, полученной с помощью инструмента оценки стиля жизни в питании. В качестве критериев выбора модели с оптимальным количеством сегментов применялись критерий логарифма правдоподобия, информационные критерии Акаике (AIC) и Байеса (BIC), а также бутстрап-версия критерия отношения

правдоподобия (Bootstrap Likelihood Ratio Test). В целях избегания попадания в локальный максимум (local maxima problem) модель запускалась итерациями по 100 раз с разными начальными значениями случайного состояния и 20 инициализациями для обеспечения устойчивости и воспроизводимости результатов. Полученные сегменты оценивались с точки зрения внутри- и межклассовой гомогенности (нормированная энтропия), выполнения условия независимости переменных (остаточные корреляции). Различия сегментов по направлениям стиля жизни в питании (вовлеченность, инновативность, ответственность) были проанализированы с помощью дисперсионного анализа (ANOVA) и критерия Тьюки (Tukey-HSD).

Все расчеты выполнены при помощи библиотеки StepMix на языке программирования Python.

Профилирование

Для анализа связи ценностей и практик питания со стилем жизни было проведено профилирование выделенных сегментов. Статистическая значимость различий между сегментами по ценностям и практикам питания определялась с помощью комбинации дисперсионного анализа (ANOVA) и критерия Тьюки (Tukey-HSD). Кроме того, были изучены социально-демографические различия между сегментами. Их значимость определялась с помощью χ^2 критерия, так как социально-демографические характеристики представлены в том числе бинарными переменными.

Анализ факторов нездорового питания

Для оценки взаимосвязи нездорового питания и стиля жизни в питании при контроле на социально-демографические характеристики используется модель бинарного выбора. Аналогичный подход применяется в работе [Pérez-Cueto et al., 2010], в которой исследуется связь ожирения и стиля жизни в питании.

В нашей работе была оценена логит-модель вида:

$$P(\text{unheal_food} = 1) = \Lambda(x' \beta_1 + \text{fml}' \beta_2), \quad (1)$$

где *unheal_food* — индикатор нездорового питания, принимающий значение 1, если у человека есть три и более признаков нездорового питания, и 0 в противном случае, *x* — вектор социально-демографических характеристик, включающих в себя пол, возраст, брачный статус, наличие детей, характеристики образования, доходов и места проживания респондента, а *fml* — вектор индикаторов стиля жизни в питании, включающий в себя индикаторы принадлежности к определенному сегменту, и Λ — логистическая функция.

Результаты

Стили жизни в питании: сегментация

С помощью анализа латентных классов в работе была проведена сегментация респондентов по стилю жизни в питании. Для поиска оптимального количества латентных классов была проведена процедура кросс-валидации (k-fold cross validation) с вариациями сегментов от 1 до 10. Модель с пятью сегментами пока-

зала наилучшие результаты по критерию логарифма правдоподобия (см. табл. 1). Наши результаты поддерживают результаты предыдущих исследований: как правило, применение данного инструмента изучения FRL позволяет выделить пять сегментов населения [Grunert et al., 2001].

Таблица 1. **Оценка оптимального числа латентных классов по критерию логарифма правдоподобия**

Число сегментов	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Логарифм правдоподобия	-28,65	-27,25	-26,25	-26,15	-26,00	-26,25	-26,60	-26,85	-26,90	-27,45

Источник: расчеты авторов на данных обследования населения Санкт-Петербурга и Ленинградской области по вопросам питания.

Результаты устойчивы между итерациями: вариативность значений LL-score при многократных запусках модели не является значимой. Модель также показала достаточно высокую степень разделимости классов по показателю нормированной энтропии — 89,7 %. Большинство остаточных корреляций (93,3 %) оказались ниже 0,3, что свидетельствует о соответствии модели предположению об условной независимости показателей.

В таблице 2 приведены средние показатели вовлеченности, инновативности и ответственности по выделенным сегментам, а также размеры сегментов. Дисперсионный анализ показал значимость различий между сегментами по всем факторам стиля жизни в питании. Один из сегментов имеет средние оценки по всем направлениям и называется *умеренные (moderates)*⁵. Умеренные составляют 24 % всех респондентов. 18 % респондентов образуют сегмент с самыми высокими оценками по всем трем направлениям стиля жизни в питании. Этот сегмент — *ценители еды (foodies)*. Другой крупный сегмент (24 %) также характеризуется относительно высокими оценками по всем направлениям (немного ниже, чем у ценителей еды, но значимо выше, чем у двух других сегментов). При этом самые высокие показатели внутри этого сегмента отмечаются для инновативности. Этот сегмент — *экспериментаторы (adventures)*. 16 % выборки составляют *равнодушные (uninvolved)*. У этого сегмента самые низкие оценки по всем направлениям стиля жизни в питании. Пятый сегмент (17 %), *консерваторы (conservative)*, характеризуется высоким показателем вовлеченности, но низким показателем инновативности. В исследовании [Brunsø et al., 2021] консерваторам также свойственна низкая ответственность, однако в нашей работе показатель ответственности для консерваторов статистически не отличается от аналогичного показателя для экспериментаторов. В большой степени это может быть объяснено ограничениями использования инструмента в части изучения ответственности в российской практике.

⁵ При интерпретации классов мы в целом следуем логике работ [Brunsø et al., 2021; Stancu et al., 2022]. В скобках указаны оригинальные англоязычные названия сегментов, использующиеся в исследованиях.

Таблица 2. **Сегментация респондентов по стилю жизни в питании**

	Ценители еды	Эксперимен- таторы	Равнодушные	Умеренные	Консерваторы
Вовлеченность	3,77 ^a	3,25 ^c	2,11 ^e	2,88 ^d	3,49 ^b
Инновативность	3,78 ^a	3,42 ^b	1,58 ^e	2,41 ^c	1,96 ^d
Ответственность	3,69 ^a	3,20 ^b	2,36 ^e	2,80 ^d	3,16 ^{b, c}
Количество респондентов	129	169	113	170	122
Доля в выборке	18%	24%	16%	24%	17%

Примечание. Верхний индекс отражает результаты попарного сравнения сегментов (критерий Тьюки) внутри каждой отдельной строки: группы, которые имеют хотя бы одну общую букву, статистически значимо не различаются; группы без общих букв — различаются при выбранном уровне значимости ($p < 0,05$).

Источник: расчеты авторов на данных обследования населения Санкт-Петербурга и Ленинградской области по вопросам питания.

Таким образом, *ценители еды* — наиболее вовлеченный и инновативный сегмент: еда занимает важное место в их повседневной жизни. Они готовы экспериментировать с новыми продуктами и кухнями, придают высокое значение качеству и ответственному потреблению. *Экспериментаторы* разделяют высокую инновативность, но несколько уступают ценителям еды по вовлеченности. Для них характерен интерес к новизне при менее выраженной ориентации на качество и ответственность. *Консерваторы* высоко вовлечены в практики питания, однако отвергают новизну. Этот сегмент характеризуется устойчивыми, традиционными пищевыми привычками. *Умеренные* занимают срединную позицию по всем трем осям — еда для них важна, но не является предметом особого интереса или рефлексии. *Равнодушные* демонстрируют минимальную вовлеченность, инновативность и ответственность, то есть питание воспринимается ими как рутинная необходимость, а не как значимая социальная практика.

Профилирование сегментов

1. Ценности

В таблице 3 отражены средние оценки десяти ценностей Шварца для пяти выделенных сегментов. Для корректировки смещения, вызванного особенностями стиля ответов респондентов (например, использованием только определенных частей шкалы), мы выполнили центрирование каждого ценностного показателя относительно среднего ответа респондента по всем вопросам ценностного опросника (ipsatization) [Магун, Руднев, 2008].

Результаты дисперсионного анализа свидетельствуют о наличии статистически значимых различий ($p\text{-value} < 0,05$) между сегментами по четырем ценностям — традиции, самостоятельности, достижения и гедонизм. Равнодушные статистически значимо отличаются от других сегментов по трем направлениям: в их ценностном профиле традиции занимают относительно более низкое, самостоятельность — более высокое, а достижения — более низкое место. У ценителей еды достижения имеют наиболее высокий относительный приоритет среди всех выделенных сегментов, тогда как самостоятельность — наиболее низкий. Для экспериментаторов характерен наиболее низкий относительный приоритет традиций; при этом относительный

приоритет достижений у них близок к показателям ценителей еды. У консерваторов, как и у равнодушных, традиции занимают более высокое относительное место в иерархии ценностей, чем у экспериментаторов. По гедонизму статистически значимые различия обнаружены между несколькими сегментами. У равнодушных его относительный приоритет ниже, чем у ценителей еды, экспериментаторов и умеренных; у консерваторов ниже, чем у экспериментаторов и умеренных. Между остальными сегментами статистически значимых различий по гедонизму не выявлено.

Выявленные различия в ценностных профилях в целом содержательно согласуются с характеристиками сегментов по стилю жизни в питании. Поскольку анализируются относительные показатели ценностей, речь идет о различиях в их месте в индивидуальной ценностной иерархии. У равнодушных традиции и самостоятельность занимают относительно более высокое, а достижения и гедонизм — более низкое место по сравнению с другими сегментами. Такой профиль сочетается с характерными для этого сегмента низкой вовлеченностью в питание и низкой инновативностью. У экспериментаторов традиции имеют наиболее низкий относительный приоритет, тогда как достижения занимают относительно высокое место. Это соответствует их выраженной ориентации на новизну в практиках питания. Для ценителей еды характерен наиболее высокий относительный приоритет достижений среди выделенных сегментов, а гедонизм занимает более высокое место, чем у равнодушных. У консерваторов традиции имеют более высокий относительный приоритет, чем у экспериментаторов, тогда как гедонизм занимает более низкое место, чем у экспериментаторов и умеренных. Таким образом, различия между сегментами затрагивают не отдельную ценность, а конфигурацию относительных ценностных приоритетов, которая соотносится с различиями в вовлеченности, инновативности и ответственности в сфере питания.

Таблица 3. Профиль выделенных сегментов в разрезе ценностей (показатели ценностей центрированы)

Ценности	Ценители еды	Экспериментаторы	Равнодушные	Умеренные	Консерваторы
Конформность	–0,26	–0,23	–0,19	–0,26	–0,06
Традиции	–0,06 ^{a, b, c}	–0,29 ^{c, d}	0,30 ^a	–0,15 ^{b, c, d}	0,17 ^{a, b}
Доброжелательность	0,79	0,51	0,64	0,52	0,67
Универсализм	0,64	0,59	0,71	0,62	0,71
Самостоятельность	0,30 ^{b, c, d}	0,45 ^{a, b, c}	0,80 ^a	0,30 ^{b, c, d}	0,61 ^{a, b}
Стимуляция	–0,77	–0,70	–0,92	–0,79	–1,12
Гедонизм	–0,22 ^{a, b}	–0,11 ^a	–0,58 ^c	–0,23 ^a	–0,36 ^{bc}
Достижения	–0,42 ^a	–0,39 ^{a, b}	–0,89 ^{c, d}	–0,41 ^{a, b, c}	–0,77 ^{a, b, c, d}
Власть	–0,78	–0,62	–0,99	–0,52	–1,04
Безопасность	0,45	0,51	0,77	0,61	0,84

Примечание. Верхний индекс отражает результаты попарного сравнения сегментов внутри каждой отдельной строки (критерий Тьюки): группы, которые имеют хотя бы одну общую букву, статистически значимо не различаются; группы без общих букв — различаются при выбранном уровне значимости (критерий Тьюки, $p < 0,05$). Индекс не указывается при отсутствии значимых различий между всеми сравниваемыми сегментами.

Источник: расчеты авторов на данных обследования населения Санкт-Петербурга и Ленинградской области по вопросам питания.

2. Практики питания

Согласно результатам дисперсионного анализа, практики питания варьируются в зависимости от сегмента по стилю жизни в питании. Тест ANOVA показал статистически значимую разницу в практиках покупки продуктов питания, приготовления еды, потребления отдельных продуктов питания и принятия пищи. Всего статистически значимые различия отмечаются для 30 практик питания из 39 (см. табл. 4).

В практиках покупки продуктов питания наиболее значимые различия между сегментами наблюдаются в части покупки продуктов в специализированных магазинах. *Ценители еды* и *экспериментаторы* относительно чаще покупают продукты в специализированных магазинах (мясном, рыбном магазин, магазине овощей и фруктов, фермерском магазине), чем представители других сегментов. *Ценители еды, экспериментаторы* и *консерваторы* чаще, чем *равнодушные* и *умеренные*, покупают продукты на рынке.

Сегменты также значимо различаются по практикам приготовления еды, в частности по временным затратам на приготовление. *Экспериментаторы* и *ценители еды* тратят значимо больше времени на приготовление пищи. В среднем *экспериментаторы* и *ценители еды* каждые выходные и один-два раза в неделю в будни тратят на готовку больше часа, тогда как остальные сегменты проводят больше часа на кухне значительно реже, только один-три раза в месяц.

В нашей работе не было выявлено значимых различий между сегментами в частоте потребления алкогольных напитков. Частота потребления сладостей также не различается между сегментами. Однако частота потребления овощей значимо варьируется. *Ценители еды, консерваторы* и *экспериментаторы* едят овощи, салаты из свежих овощей три раза в неделю и чаще, что значительно чаще, чем *равнодушные* и *умеренные*.

Среди ситуационных практик принятия пищи незначимыми оказались различия между сегментами по тому, как часто респонденты завтракают, ужинают или перекусывают дома. *Консерваторы* чаще других сегментов обедают дома — в среднем три раза в неделю и чаще, а *экспериментаторы* и *ценители еды* чаще других приносят на работу обед из дома (в среднем один-три раза в месяц).

Таблица 4. Профиль выделенных сегментов в разрезе практик питания

Практики питания	Ценители еды	Экспериментаторы	Равнодушные	Умеренные	Консерваторы
<i>Покупка продуктов питания</i>					
Хожу за покупками в супермаркет	4,9 ^a	4,7 ^{a, b, c}	4,3 ^{c, d, e}	4,4 ^{b, c, d}	4,8 ^{a, b}
Хожу за покупками в несетевой магазин шаговой доступности	3,4	3,1	3,0	3,3	3,0
Хожу за покупками в магазин сыров	1,5 ^{a, b}	1,6 ^a	1,2 ^{c, d, e}	1,4 ^{a, b, c}	1,3 ^{a, b, c, d}
Хожу за покупками в мясной магазин	2,6 ^a	2,5 ^{a, b}	1,7 ^{c, d, e}	2,1 ^c	2,0 ^{c, d}
Хожу за покупками в рыбный магазин	2,0 ^{a, b}	2,1 ^a	1,5 ^{c, d, e}	1,7 ^{b, c}	1,6 ^{c, d}

Практики питания	Ценители еды	Эксперимен- таторы	Равно- душные	Умеренные	Консер- ваторы
Покупаю продукты или готовую еду онлайн и забираю сам(а) из магазина, кафе, ресторана или пункта выдачи	1,7	1,8	1,5	1,8	1,6
Пользуюсь доставкой продуктов на дом	1,9 ^{a, b, c}	2,1 ^a	1,8 ^{a, b, c, d}	2,1 ^{a, b}	1,5 ^{c, d, e}
Пользуюсь доставкой готовой еды на дом	1,7 ^{a, b, c}	1,7 ^{a, b}	1,6 ^{b, c, d}	2,0 ^a	1,4 ^{b, c, d, e}
Хожу за покупками на рынок	2,2 ^a	2,0 ^{a, b}	1,5 ^{c, d, e}	1,7 ^{c, d}	1,9 ^{a, b, c}
Хожу за покупками в фермерский магазин	2,5 ^a	2,2 ^{a, b}	1,6 ^{c, d, e}	1,9 ^{b, c, d}	2,0 ^{b, c}
Хожу за покупками в магазин фруктов и овощей / фруктовую лавку	3,7 ^a	2,9 ^b	2,0 ^{d, e}	2,4 ^{c, d}	2,7 ^{b, c}
Хожу за покупками в пекарню	3,0 ^a	2,9 ^{a, b}	2,1 ^{d, e}	2,8 ^{a, b, c}	2,2 ^d
<i>Приготовление еды</i>					
Провожу >1 часа за готовкой в будние дни	3,9 ^{a, b}	4,2 ^a	2,9 ^{c, d, e}	3,3 ^{b, c, d}	3,3 ^{b, c}
Провожу >1 часа за готовкой в выходные	4,1 ^{a, b}	4,5 ^a	3,0 ^{c, d, e}	3,5 ^{b, c}	3,3 ^{c, d}
Трачу >1 часа на выпечку	2,3 ^a	2,1 ^{a, b}	1,5 ^{c, d}	1,6 ^c	1,5 ^{c, d, e}
<i>Потребление отдельных продуктов питания</i>					
Ем хлеб, другие хлебобулочные изделия	5,4 ^{a, b}	4,7 ^{c, d, e}	4,8 ^{c, d}	4,9 ^c	5,5 ^a
Ем рыбу	3,6 ^a	3,5 ^{a, b}	3,0 ^{c, d, e}	3,1 ^{c, d}	3,2 ^{a, b, c}
Ем сливочные/жирные соусы (например, майонез, тар-тар)	3,6 ^a	3,0 ^{b, c, d, e}	3,3 ^{a, b}	3,1 ^{a, b, c, d}	3,3 ^{a, b, c}
Ем бобовые (фасоль, горох, чечевицу)	3,1 ^a	2,9 ^{a, b}	2,7 ^{a, b, c}	2,5 ^{b, c, d}	2,5 ^{b, c, d, e}
Ем овощи	5,5 ^a	5,1 ^{b, c}	4,7 ^d	4,6 ^{d, e}	5,2 ^{a, b}
Пью вино	2,1	1,9	2,0	1,9	1,7
Ем салаты из свежих овощей	5,0 ^a	4,6 ^b	4,2 ^{c, d}	4,1 ^{d, e}	4,5 ^{b, c}
Ем фрукты	5,2 ^a	4,7 ^{b, c}	4,5 ^{b, c, d}	4,4 ^{c, d, e}	4,9 ^{a, b}
Ем красное мясо (говядину, свинину, баранину)	4,3 ^a	4,0 ^{a, b}	3,8 ^{a, b, c, d, e}	3,8 ^{a, b, c}	3,8 ^{a, b, c, d}
Ем фастфуд (например, пицца, бургеры, шаверма)	2,3 ^{a, b}	2,1 ^{a, b, c}	1,8 ^{c, d, e}	2,3 ^a	1,9 ^{c, d}

Практики питания	Ценители еды	Эксперимен- таторы	Равно- душные	Умеренные	Консер- ваторы
Ем сладости, десерты, торты	3,5	3,3	3,1	3,4	3,4
Пью пиво, сидр	2,1	1,8	1,8	2,1	2,0
Пью крепкий алкоголь	1,8	1,7	1,8	1,7	1,8
Пью коровье/ козье молоко, включая безлактозное	4,1 ^a	3,4 ^{a, b, c}	3,2 ^{c, d}	3,1 ^{c, d, e}	4,0 ^{a, b}
Пью, используя в приготовлении еды и напитков растительное молоко	1,7 ^a	1,6 ^{a, b}	1,2 ^{c, d, e}	1,5 ^{a, b, c}	1,5 ^{a, b, c, d}
Принятие пищи					
Завтракаю дома	4,9	5,0	4,9	5,2	5,4
Завтракаю на ходу, пока еду/ иду на работу	1,4 ^{a, b, c}	1,5 ^a	1,2 ^{a, b, c, d, e}	1,5 ^{a, b}	1,3 ^{a, b, c, d}
Обедаю на работе/ в ресторане/ кафе	3,0 ^{a, b}	2,8 ^{a, b, c}	2,3 ^{b, c, d, e}	3,1 ^a	2,4 ^{b, c, d}
Обедаю на работе/учебе тем, что приношу из дома	3,1 ^{a, b}	3,2 ^a	2,2 ^d	2,9 ^{a, b, c}	2,1 ^{d, e}
Обедаю дома	4,5 ^{b, c}	4,5 ^{b, c, d}	4,7 ^{a, b}	4,4 ^{b, c, d, e}	5,1 ^a
Ужинаю дома	5,7	5,7	5,6	5,6	5,8
Ужинаю в ресторане/ кафе	1,8 ^{a, b, c}	2,0 ^{a, b}	1,7 ^{a, b, c, d}	2,0 ^a	1,6 ^{c, d, e}
Перекусываю на ходу	1,7 ^{a, b, c}	1,8 ^{a, b}	1,4 ^{b, c, d, e}	2,0 ^a	1,5 ^{b, c, d}
Перекусываю дома	4,0	3,9	4,1	3,9	4,5
Количество наблюдений	129	169	113	170	122

Примечание. Верхний индекс отражает результаты попарного сравнения сегментов внутри каждой отдельной строки (критерий Тьюки): группы, которые имеют хотя бы одну общую букву, статистически значимо не различаются; группы без общих букв различаются при выбранном уровне значимости (критерий Тьюки, $p < 0,05$). Индекс не указывается при отсутствии значимых различий между всеми сравниваемыми сегментами.

Источник: расчеты авторов на данных обследования населения Санкт-Петербурга и Ленинградской области по вопросам питания.

3. Социально-демографические характеристики

В работе был проведен сравнительный анализ социально-демографических характеристик представителей выделенных сегментов (см. табл. 5). Результаты расчетов свидетельствуют о наличии различий гендерной и возрастной структуры сегментов. *Консерваторы* и *равнодушные* статистически значимо старше, чем остальные сегменты: доля респондентов старше 60 лет в них составляет более 40 %, тогда как в других сегментах этот показатель не превышает 25 %. Среди *экспериментаторов* значимо больше женщин, чем среди *умеренных* (66 % против 48 %). Для других сегментов значимых гендерных различий не выявлено.

Люди с высшим образованием чаще встречаются среди *экспериментаторов*, чем среди *ценителей еды* и *консерваторов*. По материальному положению сегменты также значимо различаются. *Консерваторы* в среднем значимо хуже оценивают свое материальное положение, чем *умеренные* и *ценители еды*. Сре-

ди экспериментаторов доля респондентов, проживающих в сельской местности, является наименьшей (9%) и значительно отличается от других сегментов. В работе не было выявлено значимых различий между сегментами по брачному статусу и количеству детей.

Таблица 5. Профиль выделенных сегментов в разрезе основных социально-демографических характеристик

Характеристика	Ценители еды	Эксперимен- таторы	Равнодуш- ные	Умеренные	Консерва- торы
Возраст					
Возраст, среднее	45	45	54	42	55
18—34 лет	30 % ^{a, b, c}	33 % ^{a, b}	16 % ^{c, d, e}	39 % ^a	20 % ^{b, c, d}
35—59 лет	50 %	42 %	42 %	44 %	34 %
60+ лет	20 % ^{c, d}	25 % ^{b, c}	43 % ^{a, b}	17 % ^{c, d, e}	46 % ^a
Пол					
Женщины	64 % ^{a, b}	66 % ^a	50 % ^{a, b, c, d}	48 % ^{b, c, d, e}	53 % ^{a, b, c}
Семья					
Состоит в браке	50 %	53 %	42 %	55 %	54 %
Есть дети	33 %	33 %	21 %	30 %	23 %
Образование					
Общее среднее	18 %	14 %	22 %	16 %	25 %
Среднее профессиональное	50 %	33 %	40 %	41 %	46 %
Высшее профессиональное	33 % ^{b, c, d}	54 % ^a	38 % ^{a, b, c}	43 % ^{a, b}	29 % ^{b, c, d, e}
Место проживания					
Санкт-Петербург	50 %	52 %	48 %	52 %	47 %
Другой город	22 %	34 %	31 %	32 %	28 %
ПГТ	4 %	6 %	4 %	5 %	3 %
Сельская местность	24 % ^a	9 % ^{c, d, e}	18 % ^{a, b, c}	11 % ^{a, b, c, d}	23 % ^{a, b}
Самооценка материального положения					
Плохое	13 % ^{b, c, d}	15 % ^{a, b, c}	24 % ^{a, b}	11 % ^{b, c, d}	30 % ^a
Среднее	75 %	74 %	66 %	77 %	62 %
Хорошее	12 %	11 %	10 %	12 %	9 %
Количество наблюдений	129	169	113	170	122

Примечание. Верхний индекс отражает результаты попарного сравнения сегментов внутри каждой отдельной строки (критерий χ^2 Пирсона): группы, которые имеют хотя бы одну общую букву, статистически значимо не различаются; группы без общих букв различаются при выбранном уровне значимости ($p < 0,05$). Индекс не указывается при отсутствии значимых различий между всеми сравниваемыми сегментами.

Источник: расчеты авторов на данных обследования населения Санкт-Петербурга и Ленинградской области по вопросам питания.

Факторы нездорового питания

Статистический анализ показывает, что в среднем нездоровое питание больше распространено среди *ценителей еды*, среди *равнодушных* и среди *консерваторов*, чем среди *умеренных* и *экспериментаторов* (см. табл. 5 [Приложения](#)). Однако простое сравнение средних показателей может привести к некорректным выводам. Для понимания наличия значимой взаимосвязи сегментации и нездорового питания «при прочих равных» в работе был проведен регрессионный анализ (модель 1). Результаты оценивания модели представлены в таблице 6.

Полученные оценки показали, что к нездоровому питанию в большей степени склонны пожилые респонденты (60+ лет), чем молодые люди, тогда как вероятность нездорового питания для людей средних возрастов статистически не отличается от вероятности нездорового питания для молодых людей. Согласно результатам анализа, наличие профессионального образования (как среднего, так и высшего) статистически значимо снижает вероятность нездорового питания. В литературе образование широко признается важнейшим фактором здорового образа жизни, в том числе здорового питания [Znyk et al., 2024; Карамнова и др., 2019а]. Более того, существуют свидетельства, что более образованные люди придерживаются более здоровой диеты, чем менее образованные, вне зависимости от уровня доходов [Olstad, McIntyre, 2025]. Наша работа отчасти подтверждает эти выводы — проведенное моделирование не выявило значимого эффекта более высоких доходов домохозяйства на распространенность нездоровых пищевых привычек. Отмечается также известный защитный эффект брака: люди, состоящие в браке, реже имеют нездоровые пищевые привычки, чем те, кто в браке не состоят. Положительная связь брака и различных аспектов здорового образа жизни широко известна в литературе (см., например, [Hilz, Wagner, 2018]).

Полученные в ходе работы результаты не выявили значимой связи пола респондента с вероятностью нездорового пищевого поведения. В литературе выводы о связи качества диеты и гендера неоднозначны. В ряде исследований показано, что существуют гендерные различия распространенности отдельных нездоровых пищевых привычек (см., например, [Feraco et al., 2024; Карамнова и др., 2019б]). В других работах значимых различий пищевого поведения у мужчин и женщин выявлено не было [McKenzie et al., 2020].

Мы также не обнаружили статистически значимой связи между вероятностью нездорового пищевого поведения и проживанием респондентов в Санкт-Петербурге. Многие предыдущие исследования, напротив, свидетельствуют о существенных территориальных различиях пищевого поведения населения, в частности о различиях между жителями городской и сельской местности (см., например, [European Commission, 2026; Maksimov et al., 2023]).

Несмотря на то что результаты оценки связи социально-демографических показателей и нездорового питания, полученные в работе, представляют интерес и заслуживают обсуждения, в данном исследовании социально-демографические показатели были включены в модель в качестве контрольных переменных, ковариат, позволяющих улучшить оценку связи стиля жизни в питании и нездорового поведения. Для выявления социально-демографических детерминант пищевого

поведения населения РФ требуется привлечение специализированных национально репрезентативных данных.

Исследование показало, что стиль жизни в питании значимо связан с практиками нездорового питания. Согласно результатам моделирования (таблица 6), *экспериментаторы* и *умеренные* статистически значимо реже имеют три и более признаков нездорового питания, чем *ценители еды*. При этом величина эффекта не различается для *экспериментаторов* и *умеренных* (гипотеза о равенстве коэффициентов отвергается, статистика теста хи-квадрат 5,16). Дополнительный анализ (оценки модели 1 с заменой базовой категории стиля жизни в питании) показал, что *экспериментаторы* и *умеренные* также имеют значимо более низкую вероятность нездорового питания, чем *равнодушные* и *консерваторы*.

Полученные результаты ставят содержательный теоретический вопрос: почему стиль жизни в питании — переменная, концептуально связанная с ценностями и поведенческими паттернами, — оказывается значимым предиктором нездорового питания при контроле на социально-демографические характеристики, тогда как ряд последних (пол, место проживания) — нет? Один из возможных ответов: пол и место проживания влияют на качество питания опосредованно — через формирование стиля жизни в питании. Если FRL выступает медиатором между структурными характеристиками и пищевым поведением, прямой эффект соответствующих переменных при контроле на сегмент закономерно оказывается незначимым. Данная гипотеза требует проверки в будущих исследованиях с применением медиационного анализа.

С методической точки зрения результаты подтверждают диагностический потенциал инструмента [Brunsø et al., 2021] для выявления групп риска нездорового питания. Это означает, что «кто ты по социальному положению» объясняет меньше, чем «как ты относишься к еде». Сегментация по FRL позволяет дополнительно уточнить группы риска, расширив стандартный социально-демографический подход, и формировать дифференцированные коммуникационные послания для каждого сегмента.

Таблица 6. **Оценки коэффициентов модели нездорового питания (модель 1)**

Зависимая переменная	Наличие трех и более признаков нездорового питания (доля в выборке — 13%)
<i>Возраст (базовая категория — 18—34 лет)</i>	
35—59 лет	0,397 [0,290]
60 лет и старше	0,520* [0,306]
<i>Пол (базовая категория — мужчина)</i>	
Женщина	–0,236 [0,224]
<i>Образование (базовая категория — общее среднее и ниже)</i>	
Среднее профессиональное	–0,504* [0,270]

Зависимая переменная	Наличие трех и более признаков нездорового питания (доля в выборке — 13%)
Высшее профессиональное	–0,695** [0,293]
<i>Состояние в браке (базовая категория — в браке не состоит)</i>	
Состоят в браке	–0,476** [0,231]
<i>Наличие детей до 18 лет (базовая категория — нет детей)</i>	
Есть дети	0,117 [0,256]
<i>Место проживания (базовая категория — Санкт-Петербург)</i>	
Город Ленинградской области	–0,231 [0,268]
Сельская местность	–0,242 [0,302]
<i>Уровень материального благополучия (базовая категория — низкий)</i>	
Средний	–0,129 [0,279]
Высокий	0,015 [0,423]
<i>Сегмент (стиль жизни в питании) (базовая категория — ценители еды)</i>	
Экспериментаторы	–0,829** [0,335]
Равнодушные	–0,316 [0,329]
Умеренные	–0,991*** [0,343]
Консерваторы	–0,287 [0,322]
Константа	–0,459 [0,459]
Количество наблюдений	703
Псевдо R ²	0.056
LR $\chi^2(15)$	34.6**
p-value для LR-теста	0.003
Log likelihood	–291

Примечание. Стандартная ошибка в скобках, * $p < 0,1$, ** $p < 0,05$, *** $p < 0,01$.

Источник: расчеты авторов на данных обследования населения Санкт-Петербурга и Ленинградской области по вопросам питания.

Заключение

В исследовании предпринята попытка количественного анализа стиля жизни в питании в российской практике, на примере Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Теоретической основой работы послужила концепция стиля жизни в пи-

тании (food-related lifestyle, FRL). Эмпирическую основу составили данные опроса населения Санкт-Петербурга и Ленинградской области (N=703). Для получения информации о стиле жизни в питании в вопроснике используется инструмент, широко применяющийся в современных научных исследованиях и показавший свою кросс-национальную и кросс-культурную валидность [Brunsø et al., 2021].

В целом можно говорить об успешности применения данного инструмента в российской практике. Вопросы, связанные с вовлеченностью и инновативностью в питании, не вызвали существенных затруднений у респондентов. Однако вопросы, связанные с ответственностью в питании, оказались гораздо сложнее для участников обследования, что привело к существенному объему пропущенных значений по этому направлению. Подобные результаты отражают недостаточную институционализацию дискурса экологической ответственности в России, где темы этичного потребления, включая ответственность за выбор продуктов питания, остаются на периферии общественного и академического внимания [Лебедева, 2021; Шабанова, 2022].

С помощью латентного классового анализа на основе полученных данных в работе были выделены пять сегментов по стилю жизни в питании: *ценители еды*, *экспериментаторы*, *равнодушные*, *умеренные* и *консерваторы*. Они различаются по вовлеченности, инновативности и ответственности в питании. По характеристикам направлений стиля жизни в питании выделенные сегменты аналогичны сегментам, определяемым в работе [Brunsø et al., 2021] для Австралии, Венгрии и Дании.

Использование инструмента позволило проанализировать связь стиля жизни в питании с ценностями и пищевыми практиками респондентов. Профилирование показало, что выделенные сегменты статистически значимо различаются как по ценностям, так и по практикам питания. Обнаруженные различия между сегментами по ценностям и практикам питания указывают на потенциальную роль стиля жизни в питании как медиатора между ценностными ориентациями и конкретными практиками питания, что согласуется с результатами, полученными ранее [Scholderer et al., 2004; Brunsø, Grunert, 1995; Grunert et al., 2001].

В работе был проведен регрессионный анализ связи нездорового питания и стиля жизни в питании. Критерий нездорового питания строится на основе информации о наличии у респондента нездоровых пищевых привычек. Результаты анализа позволили выделить сегменты по стилю жизни в питании, которые в большей степени склонны к нездоровому питанию. *Ценители еды*, *равнодушные* и *консерваторы* чаще имеют нездоровые пищевые привычки, чем *экспериментаторы* и *умеренные*. Несмотря на то что информация, полученная в ходе проведенного опроса, содержит ограниченный спектр характеристик нездорового питания, с нашей точки зрения, результаты исследования представляют существенный практический интерес. В настоящее время принято считать, что нездоровый образ жизни в целом и нездоровое питание в частности характерны для отдельных социально-демографических групп (например, люди с низким социально-экономическим статусом [Darmon, Drewnowski, 2008]). Тем не менее результаты работы показывают, что риски нездорового питания связаны не только с социально-демографическими характеристиками человека, но и с его стилем жизни в питании. Таким образом, применение методики FRL для оценки стиля

жизни в питании как детерминанта нездорового питания может дать важную информацию для формирования политики в области продвижения принципов здорового питания (например, для совершенствования таргетинга информационных кампаний и программ).

Подводя итоги, можно отметить, что в данной выборке инструмент FRL [Brunsø et al., 2021] продемонстрировал способность дифференцировать респондентов по стилю жизни в питании. Латентный классовый анализ дал возможность выделить пять сегментов, значимо различающихся по всем трем направлениям FRL: вовлеченности, инновативности и ответственности. Профилирование сегментов по ценностям и пищевым практикам выявило систематические различия между ними, что свидетельствует о содержательной интерпретируемости полученной сегментации. Результаты позволяют рассматривать инструмент FRL как перспективное дополнение к специализированным обследованиям питания, поскольку он дает возможность анализировать неоднородность населения не только по фактическим пищевым практикам и социально-демографическим характеристикам, но и по устойчивым ориентациям в отношении питания. Наиболее информативные результаты могли бы быть получены при включении инструмента FRL в специализированные обследования населения, посвященные вопросам питания (например, проводимое Росстатом раз в пять лет Выборочное наблюдение рациона питания населения). Вместе с тем использование инструмента для эмпирической оценки стиля жизни в питании в рамках более частых мониторинговых обследований представляется менее целесообразным. Необходимо также отметить, что для более эффективного использования инструмента в российской практике необходима дальнейшая методическая доработка инструмента, прежде всего блока вопросов, связанных с оценкой ответственности в питании.

Существенным ограничением работы является географическая ограниченность исследования (два региона). Результаты работы не могут быть распространены на все население РФ. Тем не менее это первый опыт применения инструмента эмпирической оценки стиля жизни в питании в России, который дает основу для проведения более масштабных исследований.

Список литературы (References)

1. Веселов Ю. В., Таранова О. А., Цзинь Ц. Горький хлеб старости? Социальные практики питания пожилых людей // Журнал исследований социальной политики. 2018. Т. 16. № 1. С. 81—94. <https://doi.org/10.17323/727-0634-2018-16-1-81-94>.
Veselov Yu. V., Taranova O. A., Jin J. (2018) The Bitter Bread of Old Age? Social Practices of Nutrition among Elderly People. *The Journal of Social Policy Studies*. Vol. 16. No. 1. P. 81—94. (In Russ.) <https://doi.org/10.17323/727-0634-2018-16-1-81-94>.
2. Веселов Ю. В., Чернов Г. И. Еда и мы: гастрономический портрет Петербурга // Журнал социологии и социальной антропологии. 2018. Т. 21. № 1. С. 182—209. <https://doi.org/10.31119/jssa.2018.21.1.8>.

- Veselov Yu.V., Chernov G.I. (2018) Food and We: Gasronomic Portrait of Saint Petersburg. *The Journal of Sociology and Social Anthropology*. Vol. 21. No. 1. P. 182—209. (In Russ.) <https://doi.org/10.31119/jssa.2018.21.1.8>.
3. Ганскау Е. Ю., Минина В. Н., Семенова Г. И., Гронов Ю. Е. Повседневные практики питания жителей Санкт Петербурга и Ленинградской области // Журнал социологии и социальной антропологии. 2014. Т. 17. № 1. С. 41—58.
Ganskau E., Minina V., Semenova G., Gronow U. (2014) Everyday Nutrition Practices of Residents of St. Petersburg and the Leningrad Region. *The Journal of Sociology and Social Anthropology*. Vol. 17. No. 1. P. 41—58. (In Russ.)
 4. Карамнова Н. С., Максимов С. А., Шальнова С. А., Баланова Ю. А., Имаева А. Э., Муромцева Г. А., Капустина А. В., Евстифеева С. Е., Драпкина О. М. Образовательный статус и характер питания взрослого населения РФ. Результаты эпидемиологического исследования ЭССЕ-РФ // Кардиоваскулярная терапия и профилактика. 2019а. Т. 18. № 5. С. 80—89. <https://doi.org/10.15829/1728-8800-2019-5-80-89>.
Karamnova N. S., Maksimov S. A., Shalnova S. A., Balanova Yu. A., Imaeva A. E., Muromtseva G. A., Kapustina A. V., Evstifeeva S. E., Drapkina O. M. (2019a) Educational and Nutritional Status of the Adult Population of the Russian Federation. The Results of an Epidemiological Study ESSE-RF. *Cardiovascular Therapy and Prevention*. Vol. 18. № 5. P. 80—89. (In Russ.) <https://doi.org/10.15829/1728-8800-2019-5-80-89>.
 5. Карамнова Н. С., Шальнова С. А., Тарасов В. И., Деев А. Д., Баланова Ю. А., Имаева А. Э., Муромцева Г. А., Капустина А. В., Евстифеева С. Е., Драпкина О. М. Гендерные различия в характере питания взрослого населения Российской Федерации. Результаты эпидемиологического исследования ЭССЕ-РФ // Российский кардиологический журнал. 2019б. № 6. С. 66—72. <https://doi.org/10.15829/1560-4071-2019-6-66-72>.
Karamnova N. S., Shalnova S. A., Tarasov V. I., Deev A. D., Balanova Yu. A., Imaeva A. E., Muromtseva G. A., Kapustina A. V., Evstifeeva S. E., Drapkina O. M. (2019b) Gender Differences in the Nutritional Pattern of the Adult Population of the Russian Federation: Results of the ESSE-RF Epidemiological Study. *Russian Journal of Cardiology*. 2019b. No. 6. P. 66—72. <https://doi.org/10.15829/1560-4071-2019-6-66-72>. (In Russ.)
 6. Лебедева Д. Р. Человек экологический: повседневные практики заботы об окружающей среде как атрибут современного субъекта в представлениях молодых москвичей // Журнал социологии и социальной антропологии. 2021. Т. 24. № 2. С. 110—143. <https://doi.org/10.31119/jssa.2021.24.2.5>.
Lebedeva D. (2021) Homo Ecologicus: Daily Pro-Environmental Practices as an Attribute of the Modern Subject in the Understanding of Young Muscovites. *The Journal of Sociology and Social Anthropology*. Vol. 24. No. 2. P. 110—143. (In Russ.) <https://doi.org/10.31119/jssa.2021.24.2.5>.
 7. Магун В. С. Эволюция базовых ценностей российского населения, 2006—2021 годы // Социологические исследования. 2023. № 12. С. 44—58.

- Magun V. S. (2023) The Evolution of Basic Human Values of the Russians, 2006—2021. *Sociological Studies*. No. 12. P. 44—58. (In Russ.)
8. Магун В. С., Руднев М. Г. Жизненные ценности российского населения: сходства и отличия в сравнении с другими европейскими странами // Вестник общественного мнения. 2008. № 1. С. 33—58.
Magun V. S., Rudnev M. G. (2008) Life Values of the Russian Population: Similarities and Differences in Comparison with Other European Countries. *The Russian Public Opinion Herald*. No. 1. P. 33—58. (In Russ.)
9. Немкова Е. В. Факторы и типы потребительского поведения на рынке продовольственных товаров // Экономическая социология. 2008. Т. 9. № 5. С. 68—85.
Nemkova E. V. (2008) Factors and Types of Consumer Behaviour in the Food Market. *Journal of Economic Sociology*. Vol. 9. No. 5. P. 68—85. (In Russ.)
10. Сергеева В. А., Липатова Т. Е., Чамкина К. С., Ходюшова А. В. Оценка рациона питания, вредных привычек и психологического статуса у мужчин и женщин XXI века. Качественная клиническая практика. 2022. № 2. С. 28—36. <https://doi.org/10.37489/2588-0519-2022-2-28-36>.
Sergeeva V. A., Lipatova T. E., Chamkina K. S., Khodyushova A. V. (2022) Assessment of Diet, Bad Habits and Psychological Status in Men and Women of the XXI Century. *Kachestvennaya Klinicheskaya Praktika (Good Clinical Practice)*. No. 2. P. 28—36. (In Russ.) <https://doi.org/10.37489/2588-0519-2022-2-28-36>.
11. Стадник Н. М., Никитина С. Ю., Сахарова Г. М., Антонов Н. С., Салагай О. О. (2025) Распространенность потребления алкогольной продукции в Российской Федерации: анализ тенденций в 2019—2023 гг. // Демографическое обозрение. 2025. Т. 12. № 2. С. 132—156. <https://doi.org/10.17323/demreview.v12i2.27499>.
Stadnik N., Nikitina S., Sakharova G., Antonov N., Salagay O. (2025). Prevalence of Alcohol Consumption in the Russian Federation: Analysis of Trends in 2019—2023. *Demographic Review*. Vol. 12. No. 2. P. 132—156. (In Russ.) <https://doi.org/10.17323/demreview.v12i2.27499>.
12. Шабанова М. А. Выбрасывание продуктов и практики по «спасению еды» в России (микроуровень анализа) // Экономическая социология. 2022. Т. 23. № 1. С. 11—38.
Shabanova M. A. (2022) Throwing Food Away and Food Rescue Practices in Russia (Microlevel Analysis). *Journal of Economic Sociology*. Vol. 23. No. 1. P. 11—38. (In Russ.)
13. Afshin A., Sur P. J., Fay K. A., Cornaby L., Ferrara G., Salama J. S., Abate K. H., Abbafati C., Abebe Z., Afarideh M., Aggarwal A., Agrawal S., Akinyemiju T., Alahdab F., Bacha U., Bachman V. F., Badali H., Badawi A., ... Murray C. J. L. (2019) Health Effects of Dietary Risks in 195 Countries, 1990—2017: A Systematic Analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *The Lancet*. Vol. 393. No. 10184. P. 1958—1972. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)30041-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)30041-8).

14. American Association for Public Opinion Research. (2016) Address-Based Sampling. Report Prepared for AAPOR Council by the Task Force on Address-Based Sampling. Oakbrook Terrace, IL: AAPOR.
15. Andrade S. C., Previdelli Á. N., Cesar C. L., Marchioni D. M., Fisberg R. M. (2016) Trends in Diet Quality Among Adolescents, Adults and Older Adults: A Population-Based Study. *Preventive Medicine Reports*. Vol. 4. P. 391—396. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2016.07.010>.
16. Axenov K. E., Kraskovskaia O. V., Renni F. M. (2022) Spatial Organisation of the New Forms of E-Grocery and Ready-Made Food Trade in a Large Russian City. *Baltic Region*. Vol. 14. No. 3. P. 28—48. <https://doi.org/10.5922/2079-8555-2022-3-2>.
17. Bergman E., Vepsäläinen H., Erkkola M., Laaksonen M., Kautiainen H., Penttinen M. A., Rautava P., Korhonen P. E. (2022) Healthy and Unhealthy Food Consumption in Relation to Quality of Life Among Finnish Female Municipal Employees: A Cross-Sectional Study. *Nutrients*. Vol. 14. No. 17. Art. 3630. <https://doi.org/10.3390/nu14173630>.
18. Bisogni C. A., Connors M., Devine C. M., Sobal J. (2002) Who We Are and How We Eat: A Qualitative Study of Identities in Food Choice. *Journal of Nutrition Education and Behavior*. Vol. 34. No. 3. P. 128—139. [https://doi.org/10.1016/S1499-4046\(06\)60082-1](https://doi.org/10.1016/S1499-4046(06)60082-1).
19. Brunsø K., Birch D., Memery J., Temesi Á., Lakner Z., Lang M., Dean D., Grunert K. G. (2021) Core Dimensions of Food-Related Lifestyle: A New Instrument for Measuring Food Involvement, Innovativeness and Responsibility. *Food Quality and Preference*. No. 91. Art. 104192. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2021.104192>.
20. Brunsø K., Grunert K. G. (1995) Development and Testing of a Cross-Culturally Valid Instrument. Food-Related Lifestyle. *Advances in Consumer Research*. Vol. 22. P. 475—480.
21. Brunsø K., Scholderer J., Grunert K. G. (2004a) Closing the Gap between Values and Behavior — a Means—End Theory of Lifestyle. *Journal of Business Research*. Vol. 57. No. 6. P. 665—670. [https://doi.org/10.1016/S0148-2963\(02\)00310-7](https://doi.org/10.1016/S0148-2963(02)00310-7).
22. Brunsø K., Scholderer J., Grunert K. G. (2004b). Testing Relationships between Values and Food-Related Lifestyle: Results from Two European Countries. *Appetite*. Vol. 43. No. 2. P. 195—205. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2004.05.001>.
23. Darmon N., Drewnowski A. (2008) Does Social Class Predict Diet Quality? *American Journal of Clinical Nutrition*. Vol. 87. No. 5. P. 1107—1117. <https://doi.org/10.1093/ajcn/87.5.1107>.
24. European Commission. (2026) Health Inequalities: Dietary and Physical Activity-Related Determinants. *Health Promotion Knowledge Gateway, Knowledge for Policy*. URL: https://knowledge4policy.ec.europa.eu/health-promotion-knowledge-gateway/health-inequalities-dietary-physical-activity-related_en (date of access: 24.08.2026).

25. Feraco A., Armani A., Amoah I., Guseva E., Camajani E., Gorini S., Strollo R., Padua E., Caprio M., Lombardo M. (2024) Assessing Gender Differences in Food Preferences and Physical Activity: A Population-Based Survey. *Frontiers in Nutrition*. Vol. 11. Art. 1348456. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1348456>.
26. Gil Á., Martínez de Victoria E., Olza J. (2015) Indicators for the Evaluation of Diet Quality. *Nutrición Hospitalaria*. Vol. 31. Suppl. 3. P. 128—144. <https://doi.org/10.3305/nh.2015.31.sup3.8761>.
27. Global Diet Quality Project. (2022) Measuring What the World Eats: Insights from a New Approach. Geneva: Global Alliance for Improved Nutrition (GAIN); Boston, MA: Harvard T. H. Chan School of Public Health, Department of Global Health and Population.
28. Gronow J. (2002) *The Sociology of Taste*. London: Routledge.
29. Gronow J., Holm L. (eds.) (2019) *Everyday Eating in Denmark, Finland, Norway and Sweden: A Comparative Study of Meal Patterns 1997—2012*. London: Bloomsbury Academic.
30. Grunert K. G. (2006) Future Trends and Consumer Lifestyles with Regard to Meat Consumption. *Meat Science*. Vol. 74. No. 1. P. 149—160. <https://doi.org/10.1016/j.meatsci.2006.04.016>.
31. Grunert K. G. (2020) Measuring Meaning of Food in Life. In: H. Meiselman (ed.) *Handbook of Eating and Drinking*. New York, NY: Springer. P. 1—18. https://doi.org/10.1007/978-3-030-14504-0_92.
32. Grunert K. G., Brunsø K., Bredahl L., Bech A. C. (2001) Food-Related Lifestyle: A Segmentation Approach to European Food Consumers. In: Frewer L. J., Risvik E., Schifferstein H. (eds.) *Food, People and Society*. Berlin, Heidelberg: Springer. P. 211—230. https://doi.org/10.1007/978-3-662-04601-2_14.
33. Hamam M., D'Amico M., Spina D., La Via G., Di Vita G. (2024) The Interplay of Food-Related Lifestyle and Eating Behavior in Italian Women. *Frontiers in Nutrition*. Vol. 11. Art. 1338925. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1338925>.
34. Hartman-Petrycka M., Witkoś J., Lebiecowska A., Błońska-Fajfrowska B. (2022) Who Likes Unhealthy Food with a Strong Flavour? Influence of Sex, Age, Body Mass Index, Smoking and Olfactory Efficiency on Junk Food Preferences. *Nutrients*. Vol. 14. No. 19. Art. 4098. <https://doi.org/10.3390/nu14194098>.
35. Jabkowski P., Kołczyńska M. (2020) Sampling and Fieldwork Practices in Europe: Analysis of Methodological Documentation From 1,537 Surveys in Five Cross-National Projects, 1981—2017. *Methodology: European Journal of Research Methods for the Behavioral and Social Sciences*. Vol. 16. No. 3. P. 186—207. <https://doi.org/10.5964/meth.2795>
36. Kachwaha S., Kim S. S., Das J. K., Rasheed S., Gavaravarapu S. M., Pandey Rana P., Menon P. (2024) Behavior Change Interventions to Address Unhealthy Food Con-

- sumption: A Scoping Review. *Current Developments in Nutrition*. Vol. 8. No. 3. Art. 102104. <https://doi.org/10.1016/j.cdnut.2024.102104>.
37. Maksimov S. A., Karamnova N. S., Shalnova S. A., Muromtseva G. A., Kapustina A. V., Drapkina O. M. (2023) Regional Living Conditions and Individual Dietary Characteristics of the Russian Population. *Nutrients*. Vol. 15. No. 2. Art. 396. <https://doi.org/10.3390/nu15020396>.
 38. McKenzie B. L., Santos J. A., Geldsetzer P., Davies J., Manne-Goehler J., Guring M. S., Sturua L., Gathecha G., Aryal K. K., Tsabedze L., Andall-Brereton G., Bärnighausen T., Atun R., Vollmer S., Woodward M., Jaacks L. M., Webster J. (2020) Evaluation of Sex Differences in Dietary Behaviours and Their Relationship with Cardiovascular Risk Factors: A Cross-Sectional Study of Nationally Representative Surveys in Seven Low- And Middle-Income Countries. *Nutrition Journal*. Vol. 19. Art. 3. <https://doi.org/10.1186/s12937-019-0517-4>.
 39. Novokshanova A. L., Matveeva N. O., Nikityuk D. B. (2024) Analysis of Milk Consumption and Dairy Products of the Russian Population Using an Online Survey. *Food Science & Nutrition*. Vol. 12. No. 2. P. 933—942. <https://doi.org/10.1002/fsn3.3808>.
 40. Olstad D. L., McIntyre L. (2025) Educational Attainment as a Super Determinant of Diet Quality and Dietary Inequities. *Advances in Nutrition*. Vol. 16. No. 9. Art. 100482. <https://doi.org/10.1016/j.advnut.2025.100482>.
 41. Pérez-Cueto F. J. A., Verbeke W., de Barcellos M., Kehagia O., Chryssochoidis G., Scholderer J., Grunert K. (2010) Food-Related Lifestyles and Their Association to Obesity in Five European Countries. *Appetite*. Vol. 54. No. 1. P. 156—162. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2009.10.001>.
 42. Peterson R. A. (1994) Meta-Analysis of Alpha Cronbach's Coefficient. *Journal of Consumer Research*. Vol. 21. No. 2. P. 381—391. <https://doi.org/10.1086/209405>.
 43. Scholderer J., Brunsø K., Bredahl L., Grunert K. G. (2004) Cross-Cultural Validity of the Food-Related Lifestyles Instrument (FRL) within Western Europe. *Appetite*. Vol. 42. P. 197—211. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2003.11.005>.
 44. Stancu V., Brunsø K., Krystallis A., Guerrero L., Santa Cruz E., Peral I. (2022) European Consumer Segments with a High Potential for Accepting New Innovative Fish Products Based on their Food-Related Lifestyle. *Food Quality and Preference*. Vol. 99. Art. 104560. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2022.104560>.
 45. Su W., Zhang Y. Y., Li S., Sheng J. (2024) Consumers' Preferences and Attitudes towards Plant-Based Milk. *Foods*. Vol. 13. No. 1. Art. 2. <https://doi.org/10.3390/foods13010002>.
 46. Szakály Z., Sente V., Kövér G., Polereczki Z., Szigeti O. (2012) The Influence of Lifestyle on Health Behavior and Preference for Functional Foods. *Appetite*. Vol. 58. No. 1. P. 406—413. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2011.11.003>.

47. Schwartz S. H. (1992) Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in Experimental Social Psychology*. Vol. 25. P. 1—65. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60281-6](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60281-6).
48. Schwart S. H. (2003) A Proposal for Measuring Value Orientations Across Nations. *Questionnaire Package of ESS*. P. 259—319.
49. Thøgersen J. (2017) Sustainable Food Consumption in the Nexus between National Context and Private Lifestyle: A multi-level Study. *Food Quality and Preference*. Vol. 55. P. 16—25. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2016.08.006>.
50. Warde A. (2005) Consumption and Theories of Practice. *Journal of Consumer Culture*. Vol. 5. No. 2. P. 131—153. <https://doi.org/10.1177/1469540505053090>.
51. Warde A. (2014) After Taste: Culture, Consumption and Theories of Practice. *Journal of Consumer Culture*. Vol. 14. No. 3. P. 279—303. <https://doi.org/10.1177/1469540514547828>.
52. World Health Organization. (2004) Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health. Geneva: World Health Organization.
53. World Health Organization. (2024) Healthy Diet. Fact Sheet. Geneva: World Health Organization. URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet> (date of access: 13.02.2026).
54. World Health Organization. (2025) Noncommunicable Diseases. Fact Sheet. Geneva: World Health Organization. URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases> (date of access: 13.02.2026).
55. Znyk M., Raciborski F., Kaleta D. (2024) Dietary Behavior and Determinants of Diet Quality Among Primary Health Care Patients in Poland. *Nutrients*. Vol. 16. No. 7. Art. 925. <https://doi.org/10.3390/nu16070925>.