# I’ll Have What She’s Having: Effects of Social Influence and Body Type on the Food Choices of Others

Obesitas en ongezonde voedingsgewoontes

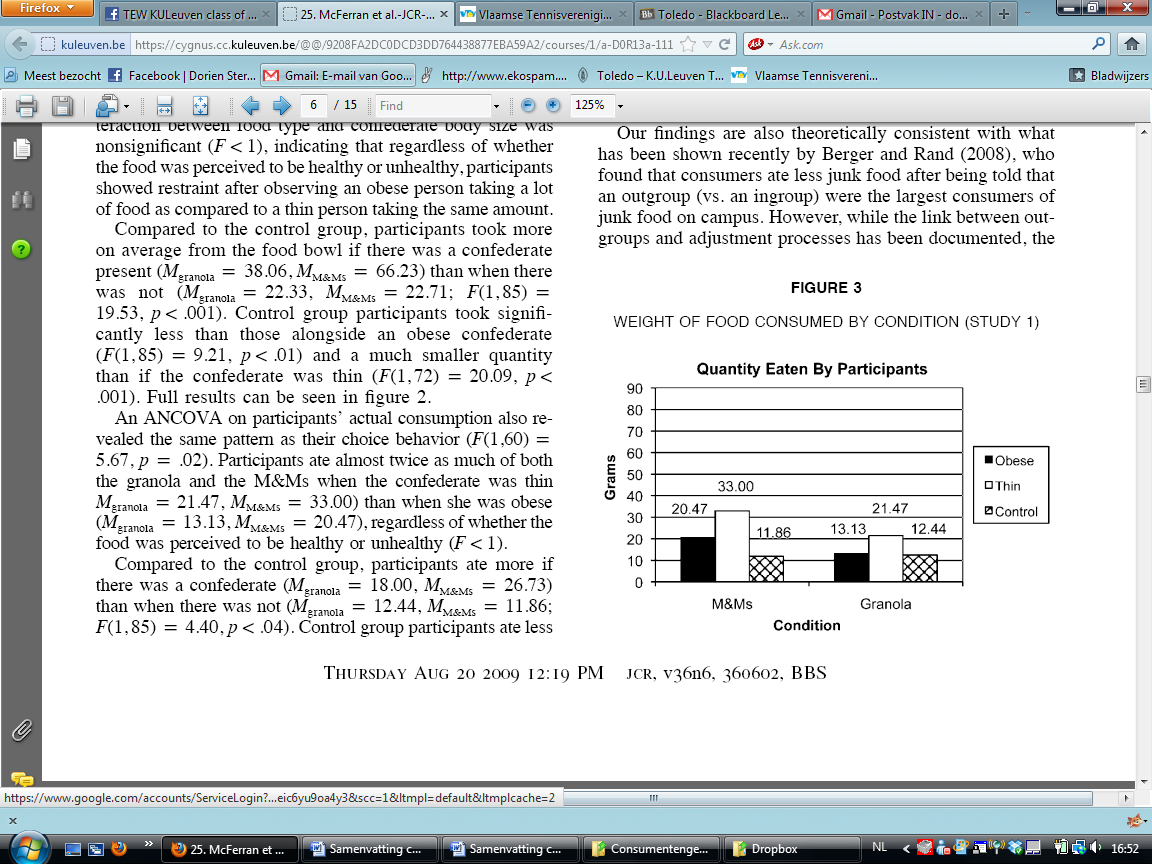
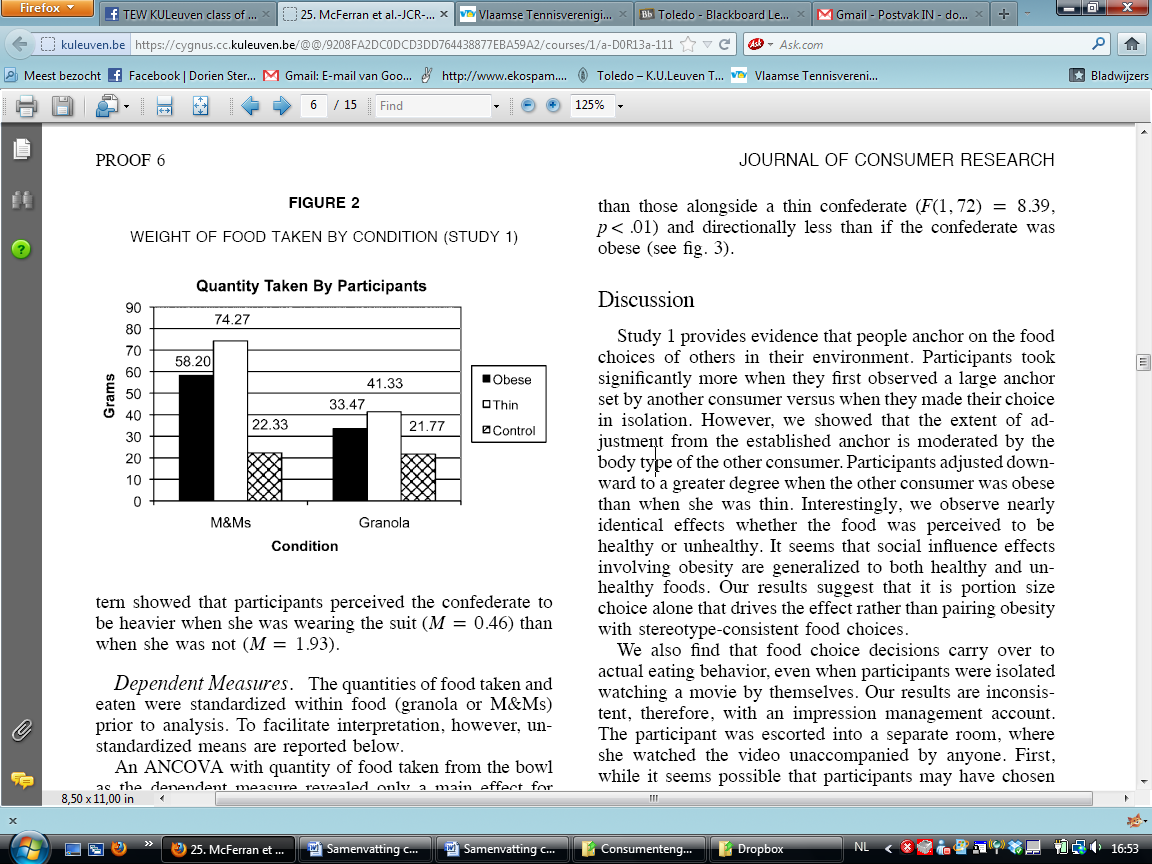
* Zittende levensstijl
* Erfelijk
* Groeiende consumptiemarkt (drank en voeding) 🡪 belangrijkste!

Veronderstellingen:

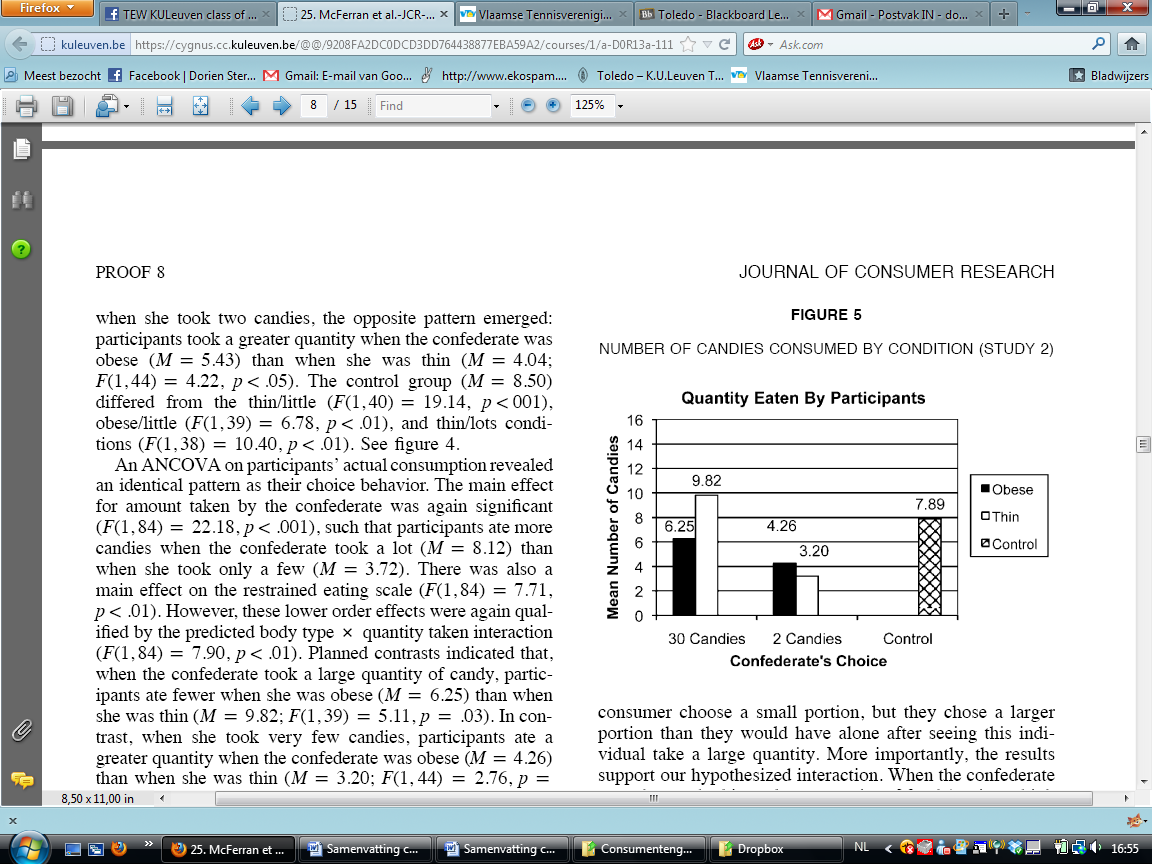
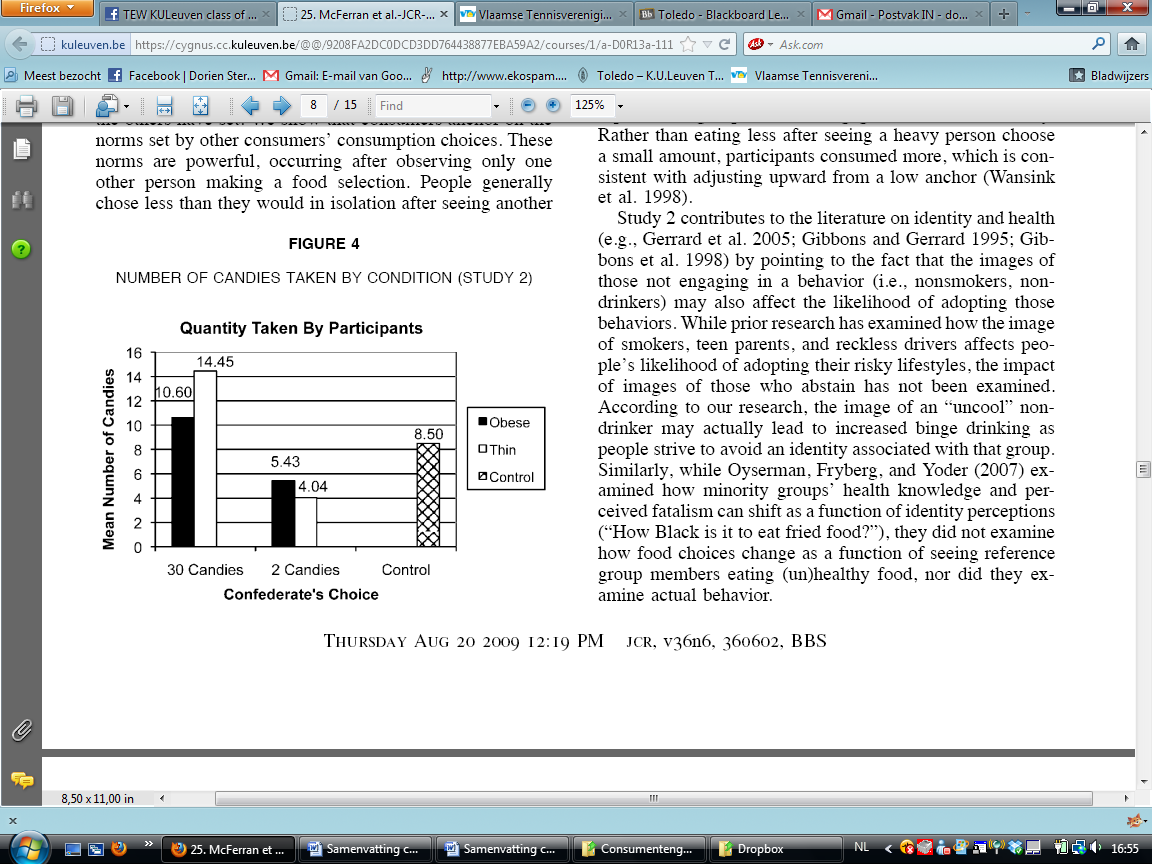
* Voedingkeuzes hangen af van interpersoonlijke invloeden
* De consumptiehoeveelheid hangt af van consumenten rondom je en van je lichaamstype (dun/dik)

Literatuur:

* Ankers
  + Beslissingen die anderen voor de consument maakt
  + Beslissingen ivm hoeveelheid
  + Consumenten maken slechts een onvoldoende aanpassing
* Sociale beïnvloeding
  + Wat er gekocht wordt hangt af van anderen in de omgeving
  + Het is genoeg als die anderen slechts fysiek aanwezig is
  + Kan zowel een positieve als een negatieve impact hebben op een beslissing
* Obesitas en consumptie
  + Worden geassocieerd met ongezond
  + Een groep waar je geen lid van wilt zijn
  + Daarom: hetzelfde willen eten dan mensen die mager zijn ⬄ iets anders willen eten dan mensen die dik zijn
* Studie 1
  + Opzet studie:
    - Eerst koos een actrice steeds dezelfde (grote) portie van ofwel een gezonde ofwel een ongezonde snack. De actrice droeg al dan niet een obesitaspak om er zwaarder uit te zien.
    - Daarna mocht de deelnemer van dezelfde snack een hoeveelheid kiezen
    - Er was ook een controlegroep, waar de deelnemer een portie mocht kiezen zonder vooraf de actrice aan het werk te zien.
  + Resultaten:
    - Mensen kiezen grotere porties als ze iemand anders ook een grote portie zien nemen dan als ze niet beïnvloed worden.
    - Als de actrice een obese is, dan kiezen de deelnemers een minder grote portie.
    - Er was geen verschil bij het kiezen van een gezonde of ongezonde snack, dus het verschil ligt vooral bij de keuze van de hoeveelheid
    - Als mensen grotere porties kiezen, gaan ze uiteindelijk ook meer eten.



* Studie 2
  + Opzet studie:
    - Zelfde als studie 1, met enkele uitzonderingen
    - Kiezen tussen 7 snoepjes
    - Actrice nam soms een grote hoeveelheid, soms een kleine hoeveelheid
  + Resultaten:
    - Mensen worden in het algemeen beïnvloed door de keuze in hoeveelheid van anderen. Als anderen veel nemen, pakken de deelnemers ook een grote portie en omgekeerd in vergelijking met de controlegroep.
    - Als de beïnvloeding van een externe persoon een mager iemand is, dan wordt die beïnvloeding extra versterkt. Is het echter een persoon waar de deelnemer niet bij wilt hoger (dik), dan neemt de beïnvloeding in kracht af.
    - De resultaten zijn hetzelfde bij de hoeveelheid die ze nemen als de hoeveelheid die ze eten.



* Studie 3
  + Opzet studie:
    - Er werd de deelnemers verteld zich in te beelden dat ze in een rij staan aan te schuiven om een ijsje te bestellen.
    - Voor hun staat een dun/dik persoon die een groot ijsje neemt.
    - Er wordt ook gepeild naar het zelfvertrouwen van de deelnemers.
    - Tevens moesten ze ofwel 2 getallen onthouden (lage cognitieve druk) of 10 getallen onthouden (hoge cognitieve druk)
  + Resultaten:
    - Een normale portie bleek medium te zijn
    - Onder hoge cognitieve druk zijn er geen verschillen
    - Lage cognitieve druk:
      * Mensen met een hoog zelfvertrouwen bestellen de normale portie en worden niet beïnvloedt
      * Mensen met een laag zelfvertrouwen worden wel beïnvloedt in dezelfde richting als eerder beschreven

