

## SAJTÓKÖZLEMÉNY

Azonnali közlésre és korlátlan felhasználásra

**Kiadja:** Budapesti Metropolitan Főiskola

Budapest, 2015-10-30

**További információk:**

Solti Alexandra

30 2263 506

### Balkáni viszonylatban sem túl boldog a magyar, de nem is tesz érte sokat

Szeretnének boldogabbak és egészségesebbek lenni a magyarok, de még a balkáni országok lakosaihoz képest is sokkal kevesebbet tesznek ennek érdekében - derült ki a Budapesti Metropolitan Főiskola Turizmus, Szabadidő és Szálloda Intézetének kutatásából. A balkáni régióban és hazánkban végzett felmérés azt vizsgálta, hogyan látják a különböző nemzetek saját testi-lelki jóllétüket, és mit tesznek ennek javítása érdekében.

*A volt jugoszláv államok, Albánia, Görögország, Bulgária, Törökország és Magyarország lakosai 18 boldogságfaktort pontoztak 1-5-ös skálán, azzal kapcsolatban, mit tartanak fontosnak egészségükért és boldogságukért.*

Már a napsütötte Görögország sem büszkélkedhet felhőtlenül vidám lakossággal, az ott élők a magyarokkal együtt sereghajtók a boldogság skálán 3,5 ponttal. A hellének eredményét persze a mediterrán ország nehéz gazdasági helyzete és a Grexit felettük lebegő kardja magyarázhatja. A másik oldalon Bosznia, Macedónia és Montenegró lakosai vannak, ők a legboldogabbak a vizsgált nemzetek közül. Bár lelki jóllétüket ugyanolyan fontosnak tartják a magyarok is, mint a balkáni országokban élők, a kutatás szerint azonban sokkal kevesebbet tesznek ezért, mint a többiek. Ha mégis, akkor a magyarok harmada a családdal és a barátokkal kapcsolódik ki, vízpartra utazik, vagy a főzésben és evésben leli örömét.

*„A felmérés eredményei alapján általánosságban elmondhatjuk, a család, a szeretet, az egészség és az anyagiak jelentik a jóllétet a vizsgált országok lakosainak, a boldogságért viszont többet tesznek a balkáni nemzetek”- teszi hozzá Puczkó László, a Budapesti Metropolitan Főiskola Turizmus, Szabadidő és Szálloda Intézetének vezetője. – „A különbségek más téren is megmutatkoznak: míg sok országban tánccal, énekkel és zenével vidítják fel magukat az emberek, nálunk ez kevésbé jellemző. A természetben is kevesebb időt töltünk el, az utazás élményét viszont többre értékeljük a többi nemzetnél.”*

A magyar válaszadók egy része teljesen kilátástalannak tartja a helyzetét, nem lát semmi lehetőséget, hogy jobbra forduljon az élete, boldogabb legyen. A balkániaknál ez a negatív szemlélet hiányzik, sőt, a megkérdezett országok lakosai mindig találnak kiutat a nehéz helyzetekből, nagyrészt a közvetlen közösségükből, a közös időtöltésből merítenek energiát, például több időt töltenek el természetben és spirituális tevékenységekkel, például meditációval is gyakrabban foglalkoznak.

A fizikai jóllét vizsgálatánál még a balkáni régióban a saját magukat legkevésbé egészségesnek tartó bolgárok is megelőznek minket, hiszen ők a vonatkozó kérdésre 1-5-ös skálán 3,67 pontot adtak maguknak, míg mi csak 3,55-öt. Nem is teszünk annyit, mint más nemzetek azért, hogy jól érezzük magunkat a bőrünkben. Az összesítésből az derül ki, hogy a régióban élők a skálán 4,24 pontra értékelték az erőfeszítésüket, a magyaroknál ez a szám csak 3,64. A Balkánon az albánok és a görögök érzik magukat legegészségesebbnek, a macedónok dolgoznak legtöbbit azon, hogy fizikailag jól érezzék magukat, mi, magyarok pedig a legkevesebbet. Ha az egészség megőrzése, javítása a cél, akkor a magyarok 30 százaléka fürdőkbe látogat, ebben viszont megelőzzük a balkáni régiót.

#### **A Budapesti Metropolitan Főiskoláról:**

A Budapesti Metropolitan Főiskola Magyarország legnagyobb magánkézben lévő főiskolája. Az intézményben 2 karon, 4 fő képzési területen – kommunikáció, üzlet, turizmus és művészet – folyik képzés, alap- és mesterfokon, illetve másoddiplomás képzési szinten. A főiskolának jelenleg közel 7000 hallgatója van, akik 2011-től már nemcsak a fővárosban, hanem Hódmezővásárhelyen, a Metropolitan Regionális Tudásközpontjában is részt vehetnek az oktatásban. A Metropolitan 91 külföldi intézménnyel tart fent partneri kapcsolatot 27 országban több mint 300 ösztöndíjas helyet kínálva – többek között Egyesült Királysággal, az Egyesült Államokkal, illetve Kínával is. Képességfejlesztő tréningrendszere egyedülálló itthon. Az intézmény 2001 óta meghatározó és folyamatosan növekvő szereplője a hazai felsőoktatásnak. Tevékenysége elismeréseként 2011-ben és 2012-ben is elnyerte a Superbrands védjegyet.