

## دور إلام في تنمية الوعي الغذائي لدى أبناء الأسرة وعلاقته ببعض المتغيرات

مها محمد نافع

فاطمة فائق جمعة

كلية التربية للبنات - قسم الاقتصاد المنزلي

### الخلاصة

خلال الفترة المبكرة من عمر الإنسان وخاصة في مرحلة الطفولة وبعد فطام الرضيع يتعلم عادات غذائية مكتسبة وقد تبقى لديه طول حياته. وهنا يبرز دور الأم في تعليم الطفل العادات الغذائية والأساليب الصحية وما هو مفيد لصحته وبالكميات الكافية للجسم وبذلك تكون التجارب التي تعلمها الطفل في البيت ذات دور مهم وكبير في حياته المستقبلية في اختيار الغذاء المناسب بحكمه بعد إن يصبح أكثر استقلالية في اتخاذ قراراته واختياراته الخارجة عن سيطرة الوالدين.

هدفت الدراسة الحالية إلى قياس الوعي الغذائي للأسرة العراقية وعلاقته ببعض المتغيرات (الدخل، عدد سنوات الزواج (الخبرة)، عدد أفراد الأسرة (حجم الأسرة)، التحصيل الدراسي. ولتحقيق هدف الدراسة تم بناء (أداة مقياس) لقياس الوعي الغذائي للام. ووضع الفرضيات الخاصة به وقد اعتمد الاستبيان في إعدادها وللحصول على المعلومات أجريت دراسة استطلاعية شملت (٥٠) أسرة اختيرت بالطريقة العشوائية من مدينة بغداد بجانبها الكرخ والرصافة وتضمن هذا الاستبيان سؤال مفتوح لعينة الأمهات.

س/ ما المقصود بالثقافة الغذائية، وهل هناك خطوات يجب إتباعها من قبلك لتوعية أبناء أسرتك؟ وقد تم إعداد المقياس بصيغته النهائية بعد إن تم عرضة على الخبراء للتأكد من مدى تغطية الفقرات التي تضمنها مقياس الوعي الغذائي وكذلك للتأكد من صلاحية الفقرات وعدم صلاحيتها. وللتأكد من القوة التمييزية التي تضمنها المقياس تم اختيار عينة البحث نفسها بعد ترتيب الدرجات تنازلياً وحددت نسبة ٢٧% من مجموع الأسر التي حصلت على اعلي الدرجات وتمثل (٥٤) أسرة ونسبة ٢٧% وتمثل (٥٤) أسرة من مجموع الأسر التي حصلت على أوطى الدرجات على مقياس الوعي. وتم استخراج المتوسط الحسابي والتباين للدرجات واستخرجت القيمة التائية وتبين إن الفروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥). وحسب ثبات المقياس باستخدام طريقة إعادة وباستخدام معامل ارتباط بيرسون كان معامل الارتباط (٧٣%) وهو معامل ثابت جيد. وبعد ذلك تم التطبيق النهائي للمقياس. واستخدمت في هذه الدراسة الوسائل الإحصائية التالية.

الاختبار التائي. ومعامل ارتباط بيرسون ومعامل الفاكرونباخ والاختبار التائي لعينة واحدة وتحليل التباين الأحادي.

### النتائج التي توصل إليها البحث:

١. لا توجد فروق ذات دلالية إحصائية في مقياس الوعي الغذائي لدى الأم بالنسبة لمتغير الدخل الشهري.
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الوعي الغذائي للام بالنسبة لمتغير عدد سنوات الزواج (الخبرة) وكانت الفروق لصالح الفئة (١٥ - ١١).
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الوعي الغذائي للام بالنسبة لمتغير عدد أفراد الأسرة (حجم الأسرة).
٤. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الوعي الغذائي للام بالنسبة لمتغير التحصيل الدراسي.

## Effect of mother in development of nutritional education for her children

Fatima Faa'k Juma

Maha Muhammed Nafi Ali

College of Education for Women - Home Economic Dept.

### Abstract:

Reprehensible during the period of human life ,particular in child hood and after weaning baby,analmeating habits have acquired his remaining life time and here high lights,the role of the mother in the childs education,dietar habits, and health methods and what is beneficial to his health and in sufficien quantities for the baby .brooze trails are learned by the childin the home with animportant and significant role in the future,inacht.aaralgame course wisely,after becoming more in dependent in its delision-making an choices beyond the control of parents. The present study aimed to message measure the awareness of food the mother and her role in the development of food awareness sons, and its relation ship with some variable in come,

years of experience (marriage),the number of family members nominalism .(family size), academic achievement).

Achieve the objective of the study was built (scale tool)to measure the awareness of food for the mother and setting its assumptions,the question naire was adopted in the preparation of the food ,for information on study was conducted a prospective study in cluded 50 families were selected randomly of Baghdad on both sides of Karkh and Rusafa this question naire in cluded an openquestion.

Q\what is food culture ,and are there steps that must.

Be followed to raise awareness .the scale was preparing after it was prestented to the experts to ascertain the extent coverage of the prographscontainted in the measure for food awareness and to ensure the validity of prographs and non-life and also to make sure of discriminatory power ,which guaranteed the scale sample has been tested after arranging.

Descendinggrades,ldentified(27%)of the total bases that received the highestgrad and represent (54)family and its ration (27%)and represent families (54).

Set the foundation on which got lowergrades on a scale of awareness .the arithmetic mean was extracted and indication of dergres .the binary value extracted,it turns out that statistically significant differences of the level(0.05).

According to the stability of the scale and using the correlatic coefficient ,the correlation coefficient (73%)which is a good reliablity coefficient and then the final application of the scale used in this study the following statistic message test second (choice second)correlation coefficient bresson,(coefficient AIFA KARAN BAK).

The second test of one sample and A analysis variance.

### Findings Search:

1-NO statistically significant difference in the scale of food awareness to mother for variable mothy in come.

2-they were statistically significant differences in the scale of food awareness to mother for variable number of years of marriag.(experience ,the differences for the sake category(15-11).

3-NO statistically significant differences to mother for variable (number of family members).

4-NO statistically significant differences to mother for variable (Academic achievement).

## الفصل الأول

### المقدمة:

أن تناول الانسان الغذاء المناسب كماً ونوعاً يضمن حصوله على العناصر الغذائية الاساسية التي تشمل البروتينات،الكربوهيدرات،الدهون،المعادن،الفيتاميناتوالماء.الضرورية لأداء الفعاليات الحيوية والفسلجيةالمهمه كالنمو والبناء الخلوي (صادق:٢٠١١،٣٠).الامر الذي يتطلب أن يكون الوعي الغذائي سليم ومبني على قواعد وأسس علمية صحيحة.

أذ تشير معظم الدراسات والبحوث ذات العلاقة بالغذاء والتغذية الى أن امراض سوء التغذية تنتج عن استهلاك اغذية مختلفة دون مراعاة لقيمتها الغذائية،وأن كثيراً من الافراد يقدر القيمة الغذائية على اساس سعرها فيقدم على شرائها ويرجع السبب في ذلك الى محدودية معلوماتهم وثقافتهم الغذائية وجهلهم بأسس التغذية الصحيحة.(منظمة الاغذيةوالزراعهلامم المتحدة:١٩٩٢،١٤) و(منظمة الاغذيةوالزراعهلامم المتحدة:١٩٩٥،١).

ان قلة الوعي الغذائي يؤثر في نمط استهلاك الاغذية ويؤدي الى عدم التوازن على حساب النوعية والكمية وهذا يدعو الى وضع برنامج غذائي وتنقيفي وصحي.الامر الذي يؤكد ضرورة توعية افراد المجتمع والاسرة على الاختيار الامثللاغذية التي تفي بأحتياجاتهم النوعية والكمية (العوضي:٢٩،١٩٨٤)(مصيفر:٥٠،١٩٩٠-٥٦).وبناءً على ماسبق فإن البحث الحالي يسهم في الكشف عن مدى وعي الابناء ومدى وعي الام في تنميته.

### مشكلة البحث :-

يحتاج الجسم كباقي الكائنات الحية الى الغذاء للحفاظ على الصحة السليمه ،فالغذاء هو عامل البيئة الاول الذي يؤثر في نمو الجسم وسلامته العقلية والجسمية اضافة الى ذلك تعد التغذية الملائمة احدى المتطلبات الاساسية للمحافظة على الصحة الجيدة للفرد ومن المعروف أن ضعف الوعي الغذائي للانسان وكيفية اختيار الاغذية المناسبة وعمل وجبة متزنة

في محتواها من العناصر الغذائية قد يكون السبب في امراض سوء التغذية أن بلوغ الهدف في اعداد شعب يتمتع بمستوى غذائي جيد عن طريق تحقيق الوعي الغذائي السليم يستوجب حملة من التوعية الغذائية تنبع من دراسة الواقع واستقراء الماضي وتشخيص الاخطاء في العادات والسلوك الغذائي وتجنبها، فالتوعية والتوعية الغذائية للمواطنين اصبح من الامور الملحة والضرورية في هذه المرحلة ويمكن القول أن الغذاء يجب ان يحظى بالعناية ليس فقط من الناحية الاقتصادية او الاجتماعية او السياسية بل يجب اعتباره اساسا لاول للحياة السليمه.

### اهمية البحث

تتركز اهمية البحث في قياس الوعي الغذائي لدى الاسرة وفي توضيح الثقافة الغذائية ودورها عن طريق تعليم الافراد وتوعيتهم كيفية اختيار الاغذية وفقاً للحالة الاقتصادية والاجتماعية وتكوين وجبات غذائية متوازنة للوقاية من امراض سوء التغذية لكل فرد من المجتمع وما يتناسب مع العمر والجنس (البياتي: ١٩٩٨، ٣٠). كما يساعد البحث الحالي الأباء والمربين في التعرف على بعض المتغيرات التي تؤثر في الوعي الغذائي عند الاسرة العراقية. وايضاً تنطلق اهمية البحث من خلال ما يضيفه من المعلومات الحديثة التي تساعد الافراد في تنمية الوعي الغذائي والحصول على العناصر الغذائية اللازمة للجسم والحفاظ عليه .

### هدف البحث :-

يهدف البحث الحالي الى :-

- ١- معرفة مستوى الوعي الغذائي لدى الام في الاسرة العراقية.
- ٢- دراسة علاقة الوعي الغذائي للام لدى الاسرة العراقية عن طريق دراسة المتغيرات الاتية وهي ا-دراسة مقياس الدخل الشهري وعلاقته بالوعي الغذائي .
- ب-دراسة مقياس عدد سنوات الزواج (الخبرة) وعلاقته بالوعي الغذائي .
- ج-دراسة مقياس الحالة الاجتماعية (عدد أفراد الاسرة (حجم الاسرة)) وعلاقته بالوعي الغذائي.
- د-دراسة مقياس التحصيل الدراسي للام وعلاقته بالوعي الغذائي . وهل هناك فرقة معنوية ذات دلالة احصائية تبعا لتلك المتغيرات .

### حدود البحث :-

أقتصر البحث على الاسر العراقية في مركز مدينة بغداد بجانبها الكرخ والرصافة لسنة (٢٠١٠-٢٠١١).

### تحديد المصطلحات: (تعريف اجرائية).

من خلال الاطلاع على كثير من الدراسات تم تحديد بعض المصطلحات الاتية:-

- أ- التنمية: هي خطة منهجية يتم بها تظافر الجهود لتحقيق النجاح المنشود في كافة المجالات وتدلل بصمودها على تقدم الامة ورفي المجتمع وهي حركة شاملة تشمل المجتمع بكل طبقاته واركانه.
- ب- الوعي الغذائي: يعرف الوعي بانه حالة عقلية يكون فيها العقل بحالة ادراك وعلى تواصل مباشر مع المحيط الخارجي عن طريق منافذ الوعي التي تتمثل عادة بحواس الانسان الخمس، اما الوعي الغذائي فيعرف بانه حالة عقلية يكون فيها الفرد بحالة ادراك بكيفية اختيار المواد الغذائية الضرورية للجسم التي توفر كافة المتطلبات الضرورية للجسم.
- ج- الام: هي الشخص المسؤول عن ادارة شؤون المنزل والتسوق والدخل وتوفير الضروريات في المنزل الى جانب الرجل (رب الاسرة).

### الفصل الثاني:

#### الاطار النظري

#### أ- تعريف الغذاء Food:-

يعرف بانه أي مادة قابلة للأكل من مصدر حيواني أو نباتي والتي توفر للكائن الحي حاجته الغذائية من العناصر الطبيعية الغذائية وهذه الحاجة تتضمن توفير العنصر الغذائي الضروري لحياة الكائن الNutrient فضلا عن تلبية حاجات حواسه التي يجدها في الغذاء ومنها النكهة Flavor وماتتضمن من طعم taste ورائحة odor ولون مرغوب color شرط ان يكون هذا الغذاء ذا نكهه وطعم ورائحة مقبولة (الزهيري :٢٠٠٧، ٧).

#### ١-الغذاء المتوازن:-

هو الغذاء الذي يحتوي على جميع العناصر الغذائية اللازمة لبناء الجسم الصحيح وتلبية احتياجاته المختلفة في جميع حالاته الاعتيادية (الزهيري: ١٩٩٢، ٤٠٨) وهذا يعني توزيع مكونات الغذاء من بروتين وكربوهيدرات ودهون واملاح معدنية وفيتامينات على الوجبة الغذائية وهذا بدوره يتطلب الامامباهمية كل من هذه المكونات للجسم وتوافرها في الغذاء المتناول (زين الدين: ١٩٩٤، ٢٠) و(مزاخرة : ٢٠٠٨، ١٤) وانتناول الغذاء المتوازن والصحي يساعد على الاحتفاظ باللياقة البدنية وعلى حيوية الجسم ونشاطه.

**٢- الغذاء المتكامل:-**

هو الغذاء الذي يحتوي كمية مناسبة من البروتينات ذات القيمة البيولوجية العالية فضلاً عن المكونات الأساسية الأخرى كالدّهون والكرهيدرات والعناصر المعدنية والفيتامينات وان كمية هذه العناصر تعتمد على الجنس ونوع العمل الذي يزاوله الفرد وحسب المتطلبات اليومية الموصى بها عالمياً من قبل منظمة الصحة العالمية. (موترام: ١٩٨٥، ١٤٣).

**ب- دور المنزل والأسرة في التربية الصحية:-**

يعد المنزل احد الاركان المهمة التي تقوم عليها التربية الصحية والغذائية فأول مجال لتعليم الطفل هو ما يتلقاه من توجيهات في المنزل وما يراه من ممارسات وما يسمعه من اجابات على ما يوجهه من اسئلة لأفراد الأسرة ولذلك فإن سلوكيات الطفل تتأثر الى حد كبير بسلوكيات اسرته وكثير من مظاهر السلوك لدى الطفل هي انعكاسات لتربيته المنزلية ويرجع ذلك الى الاستجابة للتوجيه تكون اسهل في السنين الأولى من العمر علاوة على ان الطفل بطبيعته مغرم بالتقليد والمحاكاة ويمكن للوالدين تعليم اطفالهم السلوك الصحي والعادات السليمة مثل غسل الايدي قبل وبعد الطعام (الغنيم: ١٩٩٧، ٣٢١).

**١- عوامل نجاح التربية الصحية في المنزل والأسرة:-**

اولاً- المستوى الاقتصادي للأسرة: فالأسرة القادرة على توفير وسائل التنقيف مثل الكتب والصحف والتلفزيون سيتيح لطفلها فرصة التعلم وتزرع به الاتجاهات الصحية السليمة، كما ان المستوى الاقتصادي سيحدد امكانيات العائلة في توفير المسكن الصحي وحسن اختيار الغذاء ووسائل الوقاية والعلاج.

ثانياً- المستوى الاجتماعي: له تأثير ايضاً فما تسمعه اذان الطفل في المنزل من حكايات وما يراه مما يتبعه اهله من تقاليد وخرافات له دوره الكبير في تحديد اتجاهاته وسلوكه فإذا شاعت في المنزل المعتقدات الخاطئة والخرافات ساءت التربية الصحية للطفل مما ستلزم مجهوداً كبيراً لتصحيح افكاره وتوابعها هذه المعتقدات الخاطئة.

ثالثاً- المستوى الثقافي: فالعائلة المثقفة تشجع اطفالهم على القراءة والرياضة بينما عدم معرفة الوالدين للعادات الصحية السليمة له اثره على صحة الطفل وعلى انتشار الجهل الصحي بين افراد العائلة.

رابعاً- المستوى الصحي للعائلة له اثره فالطفل الذي في اسرة تعمل على وقاية افرادها من الامراض يتلقى تربية صحية سليمة ويتعلم انماط صحية. (الغنيم: ١٩٩٧، ٣٢٣)

**٢- تعليم العادات الصحية:-**

يعيش الانسان منذ ولادته في بيئة مليئة بالميكروبات على اختلاف انواعها بالإضافة الى العوامل الطبيعية والكيميائية التي تسبب بصورة او اخرى الحاق الأذى يتحتم على الانسان ان يحمي نفسه ويتخذ الحيطة والحذر لدفع الاخطار التي تهدده في كل لحظة من لحظات حياته اذا كان يريد ان يحيا حياة سعيدة هانئة خالية من منغصات الامراض والامهاو اخطارها المميتة ولعل اقوى سلاح في امكان الانسان استخدامه في هذا السبيل هو النظافة لذا لا بد من تدريس الصحة في المدارس وتعويد الطفل على العادات الصحية وافهامه ضرورة العناية بها وهي من واجبات الأبوين والمدرسين في المدارس ولا يمكن لتربية ما ان تكون مكتملة اذا لم تهتم اهتماماً خاصاً بالصحة والعادات الصحية عند الاطفال والاركان الصحة هو النظافة. (winter: 1981, 132).

**ج- ١- الاسس المتعلقة بالاسرة:-**

اولاً- أساس صحي: أن انجاب الطفل من ابوين خضعا قبل اقدمهم على تكوين الاسرة للفحص الطبي الشامل وتقررت صلاحيتهما طبيياً انما يعطي فرصه للطفل ان ينمو جيداً.

ثانياً- أساس مادي: ان استقرار او ثبات الوضع المادي للأسرة من الامور المهمة التي تمنح الطفل كثيراً من الثقة بالنفس والاطمئنان، تلك الثقة تنعكس عليه جسمانياً وصحياً فتقلل احتمال تعرضه لأمراض سوء التغذية والاضطرابات النفسية التي يترتب عليها الشعور بالحرج.

ثالثاً- أساس اجتماعي: ان الاستقرار الاجتماعي للأسرة يحمي الطفل من كثير من المتاعب النفسية التي يترتب عليها مثل الطلاق وفراق الوالدين وتعدد الزوجات وغيرها من العوامل عدم الاستقرار الاجتماعي.

رابعاً- أساس اخلاقي: يحتاج الطفل الى مثل يقتدي به بانتسابه له ويشعر تجاهه بالحماية والامان وهو دائما يجده في والديه. (مصيفر: ١٩٩٩، ٦٣٣).

**٢- الاسس المتعلقة بتكوين الطفل نفسه:-**

اولاً- تكوين الطفل اثناء فترة الحمل: ان تمتع الطفل جنينا بالرعاية الطبية المستمرة واتباع الارشادات الطبية اثناء فترة الحمل يقلل كثيراً من اصابته بما يهدد تكوينه ويمنع خطر اصابته بالتشوهات الخلقية مستقبلاً.

ثانياً- ولادة الطفل: ان منح الطفل فرصة الولادة تحت اشراف طبي سليم يقلل من خطر ولادة عسرة قد تؤثر في قوّة العقلية او قد تصيبه بتشوة قد يقلل من كفاءته ويصيبه بعباهمستديمه.

ثالثاً- صحة الطفل اثناء الحضانه: ان خضوع الطفل للفحص الطبي المنتظم واتباع الارشادات الغذائية والصحية والتعليمات تعطينا طفلاً اقرب اساساً من طفل مرت طفولته جميعها دون استشارة طبيب في غذائه وتركه يتعرض للأمراض عديدة دون الاسراع بعلاجه مما يعرضه لمضاعفات تؤثر فيه. (بدير: ٢٠١٠، ١٣٣)

**٣- الأسس المتعلقة برعاية الطفل قبل الروضة:-**

يحتاج الطفل قبل التحاقه بالروضة المناسبات:

أولاً- اعداد صحي: يجب ان يكون الطفل قد تلقى جميع تلقحاتها الاولى والمنظمة في مواعيدها ويكون ولي الامر مهتما بما يثبت ذلك وان يكون الوالد قد قام بمعالجة اي مرض يعاني منه قبل دخوله المدرسة وان يكون قد عوده العادات الصحية السليمة من انتظام مواعيد الوجبات وصحة نوعياتها ومما يسبق عملية تناول الطعام من غسل اليدين بصورة مستمرة وبعد الخروج من الحمام.

ثانياً- اعداد نفسي:- ونقصد به اهتمام ولي الامر بتعويد الطفل السلوك الاجتماعي السليم وتلافي الاسباب التي تدفع الطفل الى الميل نحو السيطرة او الغيرة او العدوان والتمهيد لعملية انتقال الطفل من المنزل الى الروضة حتى لا يتفاجأ بهذا التغيير. (بدير: ٢٠١٠، ١٥٤).

**ع- الدراسات السابقة:-**

اهم الدراسات السابقة التي تناولت الوعي الغذائي:-

١- دراسة العادلي(٢٠٠٠م):-

هدفت الدراسة الى التعرف على الهدر الغذائي لدى الاسرة العراقية في مركز محافظة بغداد (الكرخ، الرصافة) واستمرت لمدة سنة و توصلت الباحثة الى النتائج التالية بانه لا توجد علاقة دالة احصائياً بين الهدر الغذائي للاسرة العراقية ومستواها الاقتصادي، وجود علاقة دالة احصائية بين الهدر الغذائي للاسرة العراقية والتحصيل الدراسي لربة الاسرة، عدم وجود دالة احصائية بين الهدر الغذائي وسنوات الخبرة لربة الاسرة.

٢- دراسة الدوري(٢٠٠٠م):-

هدفت الدراسة الى التعرف على اثر استخدام برنامج للتربية الغذائية في بعض العادات الغذائية غير السليمة لدى تلاميذ وتلميذات الصف السادس الابتدائي حين اختبرت عينه من مدرسة بلاط الشهداء بواقع (٦٨) تلميذاً وتلميذة قسمت عشوائياً الى مجموعتين تجريبية وضابطة. اسفرت نتائج الدراسة الى ان المجموعة التجريبية قد حققت انخفاضاً واضحاً في درجات العادات الغذائية الغير سليمة مقارنة بالمجموعة الضابطة وكان الفرق دالاً عند مستوى (0.05) وايضا حققت المجموعة التجريبية ارتفاعاً واضحاً في درجات التقييم الغذائي وايضا ارتفاعاً واضحاً في نسب (Hb) في الدم مقارنة بالمجموعة الضابطة وكان الفرق دالاً احصائياً عند مستوى (0.05).

٣- دراسة العاني(٢٠٠٠م):-

استهدفت الدراسة الى التعرف على الاختيارات الغذائية للاسرة العراقية وعلاقتها ببعض المتغيرات كمتغير الجنس، متغير الدخل الشهري، متغير عدد افراد الاسرة ومتغير التحصيل العلمي لرب الاسرة حيث اختيرت عينه من مدينة بغداد بجانبها (الكرخ والرصافة) وتوصلت الباحثة الى النتائج التالية حيث بينت وجود فروق في الاختيارات الغذائية بين الذكور والاناث وكانت هذه الفروق لصالح الاناث، وجود فروق في الاختيارات الغذائية بين فئات الدخل الثلاثة (العالية، المتوسطة، الواطئة) وجدت الباحثة ايضاً ان لمتغير حجم الاسرة تأثيراً واضحاً في الاختيارات الغذائية حيث كانت هناك فروق بين فئات عدد افراد الاسرة وكانت لصالح الاسرة التي يبلغ عدد افرادها (٤، ٥) اي الاسرة ذات الحجم المتوسط.

**الفصل الثالث اجراءات البحث:-**

اولاً- مجتمع البحث وعينته:-

تحدد مجتمع البحث بالاسرة العراقية في مركز مدينة بغداد بجانبها الكرخ والرصافة كما هو موضح في الجدول (١) وقد قسمت مدينة بغداد حسب نظام الترفيم الحديث الى ٩ قطاعات: (٤) قطاعات في جانب الكرخ و(٥) في جانب الرصافة وقسم كل قطاع الى عدد من الاحياء والمحلات وقد تمت الاستعانة بأمانة بغداد /قسم الدائرة الهندسية لتحديد عدد الاحياء والمحلات الموجودة على جانبي مدينة بغداد ، وكما تمت الاستعانة بوزارة التجارة /المراكز التموينية لتحديد عدد الازقة والوحدات السكنية (دراسة العاني: ٨٥، ٢٠٠٠).

**جدول (١) توزيع عينة الاحياء والاسر في مدينة بغداد.**

الجانب	عينة الاحياء	عينة الاسر
الكرخ	ابودنشير	٣٠
	السيدية	٣٠
	حي الاعلام	٣٠
الرصافة	شارع فلسطين	٢٥
	بغداد الجديدة	٣٠
	مدينة الصدر	٣٥

لغرض تمثيل عينة البحث لقطاعات مختلفة اجتماعياً واقتصادياً اتبعت الطريقة العشوائية التطبيقية في اختيار عينة البحث.

ثانياً - ادوات البحث:-

لغرض بناء اداة لقياس الوعي الغذائي عند الاسرة العراقية اتبعت الخطوات التالية.  
١- الدراسة الاستطلاعية:

تم توزيع استبيان استطلاعي لعينة من الاسر العراقية تكونت من (٥٠) اسرة تضمنت التعريف بهدف الدراسة واسئلة مفتوحة

#### ملحق (١)

س) - ما المقصود بالثقافة الغذائية وهل  
هناك خطوات يجب اتباعها من قبلك  
لتوعية ابناء اسرتك

#### ٢- الدراسات الادبية السابقة

من خلال اطلاع الباحثات على بعض الدراسات السابقة والادبيات ذات العلاقة بالوعي الغذائي منها دراسة (العاني: ٢٠٠٠)، تم اعداد فقرات وازافة فقرات جديدة اليها من هذه الدراسة واصبح عدد الفقرات التي شملها مقياس الوعي الغذائي لدى الاسرة العراقية (٣٣) فقرة

#### ملحق (٢)

المقترحات	تعديل	غير صالحة	صالحة	الفقرات
				١- استعمال الغذاء كحافز من اجلسلوك جديد للاولاد
				٢- استخدام الغذاء كوسيلة للتخلص من البكاء
				٣- اعاقب الابناء على تصرفهم السوء لمنعهم من تناول الطعام
				٤- امنع الابناء من تناول الحلويات بين الوجبات
				٥- استخدام الطعام كاداة تشجيعية للابناء وتوفير الراحة لهم
				٦- اجبر الابناء على تناول وجبتهم او اكملها
				٧- اجنب افراد العائلة من تناول الاغذية عالية الحلاوة
				٨- اجنب افراد عائلتي الاغذية التي لا تحتوي على قيمة غذائية عالية
				٩- استخدام الغذاء كوسيلة لمعايشة الحزن
				١٠- عدم وضع الخضروات والفاكهه غير المغسولة في متناول الاطفال
				١١- تدريب الابناء على تجفيف الخضروات والفاكهه بعد غسلها لعدم اعطاء الفرصة لنمو الجراثيم عليها
				١٢- استخدام الغذاء كوسيلة

				لتعزيز الروابط الاسرية
				١٣- اضع كميات مناسبة من الطعام تتلائم مع حاجة الطفل
				١٤- اعود طفلي على ان يضع في طبقه ما يحتاج اليه
				١٥- اعود طفلي على تناول الطعام في مواعيد منتظمة
المقترحات	تعديل	غيرصالحة	صالحة	الفقرات
				١٦- اجنب طفلي تناول الاغذية عالية الدسم
				١٧- امتلك خلفية معلوماتية عن الغذاء والفواد الغذائية
				١٨- اتبع المنهاج الغذائي المتوازن عند تحضير الطعام
				١٩- امنع ابنائي من ادخال الطعام على الطعام
				٢٠- اشجع ابنائي على تناول الاغذية المفيدة والسهلة الهضم
				٢١- اعود ابنائي على غسل الايدي قبل تناول الطعام وبعد قضاء الحاجة
				٢٢- انه ابنائي على غسل جميع الخضروات
				٢٣- اشجع اولادي على استخدام الزيوت السائلة بدل الدهون الصلبة في اعداد الطعام
				٢٤- اجنب اولادي من تناول المشروبات الغازية بكثرة
				٢٥- اشجع اولادي على قراءة البطاقة الارشادية المرفقة مع العبوات
				٢٦- اجنب اولادي تناول البقوليات (الباقلاء الخضراء) دون سن الخامسة من العمر
				٢٧- اشجع ابنائي على تناول وجبة الفطور
				٢٨- اشجع اولادي على تناول التمر بعد الوجبات
				٢٩- اشجع ابنائي على شراء الاطعمة المفيدة
				٣٠- اشجع ابنائي على ممارسة الرياضة في الصباح وبعد تناول وجبة العشاء
				٣١- اشجع ابنائي على شراء الاغذية المفيدة

			٣٢- عدم اخراج الاطعمة خارج الثلاجة لمدة طويلة خاصة الدجاج واللحوم
			٣٣- تدريب الابناء على قراءة البطاقة الاعلامية للمعلبات والتأكد من صلاحية المواد واختبارهم احياناً في ذلك

**مقياس الوعي الغذائي لدى الام:**

صدق المقياس

١- الصدق الظاهري:-

بعد ان تم اعداد الفقرات مقياس الوعي الغذائي لدى الام البالغة (٣٣) فقرة قامت الباحثتان بعرضها على مجموعه من الخبراء المختصين في قسم الاقتصاد المنزلي للاستفادة من ارائهم وتوجهاتهم حيث طلب منهم بيان مدى صلاحية الفقرات او عدم صلاحيتها ووضع التعديل اللائم للفقرات التي تحتاج الى تعديل وبعد تفريغ اجابات الخبراء تم تحديد الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق ٨٠% فاكثر من اراء الخبراء وقد بلغ عددها (٢٦) فقرة

**ملحق (٣)**

الفقرات	دائماً	احياناً	ابداً
١- استعمال الغذاء كحافز من اجل سلوك جيد للاولاد			
٢- اشجع الابناء على تناول الحلويات بين الوجبات			
٣- استخدام الطعام كعادة تشجيعية للابناء وتوفير الراحة لهم			
٤- اجنب افراد العائلة تناول الاغذية عالية الحلاوة			
٥- اجنب افراد العائلة الاغذية التي لا تحتوي على قيمة غذائية عالية			
٦- عدم وضع الفواكه والخضروات في متناول الايدي غير المغسولة			
٧- تدريب الابناء على تحفيف الخضروات والفاكهه بعد غسلها حتى لا تنمو الجراثيم			
٨- استخدام الغذاء كوسيلة لتعزيز الروابط الاسرية			
٩- عدم اخراج الاطعمه خارج الثلاجة لمدة طويلة خاصة (اللحوم, الدجاج, الاسماك)			
١٠- اضع كميات مناسبة من الطعام تتلائم مع حاجة الطفل			
١١- اعود طفلي ان يضع في طبقة ما يحتاج اليه			
١٢- اجنب طفلي وافراد عائلتي تناول اغذية عالية الدسم			
١٣- امتلك خلفية معلوماتية عن الغذاء والمواد الغذائية			
١٤- اتبع المنهاج الغذائي المتوازن عند تحضير الطعام			



			١٥- اشجع ابنائي على تناول الاغذية المفيدة والسهلة الهضم
	ابدأ	احيانا	دائما
			الفقرات
			١٦- اعود ابنائي على غسل الايدي قبل تناول الطعام وبعد قضاء الحاجة
			١٧- انبه ابنائي على غسل جميع انواع الخضروات
			١٨- تدريب الابناء على قراءة البطاقة الاعلامية للمعلبات وتاريخ الصلاحية
			١٩- اشجع اولادي على استخدام الزيوت السائلة بدل الدهون الصلبة في اعداد الطعام
			٢٠- اجنب اولادي من تناول المشروبات الغازية بكثرة
			٢١- اشجع اولادي على قراءة البطاقة الغذائية الارشادية
			٢٢- اجنب اولادي من تناول البقوليات (الباقلاء الخضراء) دون سن (٥ من العمر)
			٢٣- اشجع ابنائي على تناول وجبة الفطور
			٢٤- اشجع ابنائي على شراء الاغذية المفيدة
			٢٥- اشجع ابنائي على ممارسة الرياضة في الصباح وبعد تناول وجبة العشاء
			٢٦- اشجع ابنائي على تخصيص مبلغ لشراء الاغذية المفيدة

## ٢- التحليل الاحصائي للفقرات:

أ- القوة التمييزية للفقرات:

لقد اختير عشوائيا عينة التميز اذ بلغت (١٨٠) اسرة في مدينة بغداد وبعد تصحيح الاجابات واعطاء الدرجات لكل استمارة , رتبنا الاستمارات تنازلياً ثم اخذ اعلى (٤٩%) واوطى (٤٩%) للدرجات الكلية بعد الترتيب حيث كان عدد الاسر (٩٠) اسرة للمجموعة العليا و (٩٠) للمجموعة الدنيا (ابو فودة وبنو يونس: ٢٠١٢, ١٠٥). تم تحليل استجابات المجموعه العليا والمجموعه الدنيا على كل فقرة واستخراج المتوسط الحسابي والتباين للمجموعتين واستخرجت القيمة التائية وتبين ان الفروق ذات دلالة احصائية بين استجابات المجموعتين على الفقرات جميعها .

## جدول (٢) القوة التمييزية لفقرات مقياس الوعي الغذائي باستخدام اسلوب العينتين المستقلتين

ت	المجموعة الدنيا			المجموعة العليا		
	المتوسط	الانحراف	القيمة التائية المحسوبة	المتوسط	الانحراف	الدالة
١	٢,٦٣	٠,٦٠١٨٧	٤,٥٦٢	٤,٠٢	٠,٧٢١٣٩	دالة
٢	١,٩٧٩	٠,٦٢٨٨١	٢,٣٩٨	١,٦٩٣٩	٠,٥٤٧	دالة
٣	٢,٨١٦٣	٠,٣٩١٢٣	٥,٢٥١	٢,٢٢٤٥	٠,٦٨٥١٢	دالة
٤	٢,٦١٢٢	٠,٥٧٠٦٨	٥,٣١٢	١,٩٥٩٢	٠,٦٤٤١٨	دالة
٥	٢,٦٧٣٥	٠,٥٥٤٨٢	٣,٧٥٦	٢,٢٠٤١	٠,٦٧٦٣٧	دالة
٦	٢,٨٩٨٠	٠,٣٦٧٧٠	١,٢٩٥	٢,٧٧٥٥	٠,٦٧٦٣٧	غير دالة
٧	٢,٧٧٥٥	٠,٤٦٨٣٩	٣,٩٠٨	٢,٢٦٥٣	٠,٥٥٠٢٠	دالة
٨	٢,٧٧٥٥	٠,٤٢١٥٧	٦,٢٢٣	٢	٠,٧٨٤٦٣	دالة
٩	٢,٨٥٧١	٠,٣٥٣٥٥	٢,٩٥٩	٢,٤٨٩٨	٠,٧٦٣٧٦	دالة
١٠	٢,٨١٦٣	٠,٣٩١٢٣	٢,٥٥٠	٢,٥٥١٠	٠,٧٩٣٧٩	دالة
١١	٢,٩١٨٤	٠,٢٧٦٦٤	٤,٨٨٤	٢,٤٦٩٤	٠,٦١٤٤٥	دالة
١٢	٢,٩٣٨٨	٠,٢٤٢٢٣	٦,٣٦١	٢,٢٦٥٣	٠,٥٨١٠٢	دالة
١٣	٢,٧٣٤٧	٠,٤٤٦٠٧	٤,٥٤٤	٢,٢٦٥٣	٠,٧٠٠٤٧	دالة
١٤	٢,٨٥٧١	٠,٣٥٣٥٥	٦,٢٨٢	٢,١٦٣٣	٠,٥٦٩١٩	دالة

دالة	٤,٤٨٨	٠,٦٨٧٦٠	٢,٥٩١٨	٠,١٩٩٩١	٢,٩٥٩٢	١٥
دالة	٢,٦٤٤	٠,٤٨٦٢٠	٢,٨١٦٣	٠	٣	١٦
غير دالة	١,٠١٦	٠,٢٤٢٢٣	٢,٩٣٨٨	٠,١٢٤٨٦	٢,٩٧٩٦	١٧
دالة	٤,٢٥٩	٠,٧٤١٧٣	٢,٣٠٦١	٠,٣٩١٢٣	٢,٨١٦٣	١٨
دالة	٤,١١٠	٠,٦١٤٤٥	٢,٥٥١٠	٠,٢٤٢٣	٢,٩٣٨٨	١٩
دالة	٥,٩٥٧	٠,٦٥٤٠٠	٢,٢٢٤٥	٠,٣٥٣٥٥	٢,٨٥٧١	٢٠
دالة	٢,٣٩٤	٠,٧٩٠٥٧	٢,٢٨٥٧	٠,٦٣٥٥٤	٢,٦٣٢٧	٢١
دالة	٢,٣٤٣	٠,٦٤٨٧٨	٢,٥٣٠٦	٠,٤٥٥٥٠	٢,٧٩٥٩	٢٢
دالة	٥,٣٣٥	٠,٦١٥٨٣	٢,٥٣٠٦	٠	٣	٢٣
دالة	٣,٦٩٣	٠,٧١٠٧١	٢,٤٨٩٨	٠,٣٠٥٨٤	٢,٨٩٨٠	٢٤
دالة	٦,٠١٤	٠,٦٤٠٢١	١,٩١٨٤	٠,٤٩٢٢٩	٢,٦١٢٢	٢٥
دالة	٨,٠٦٨	٠,٦٦٥٦٠	٢,١٢٢٤	٠,٢٤٢٢٣	٢,٩٣٨٨	٢٦

القيمة التائية الجدولية عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (٩٦) تساوي (1.96)

ب- ثبات مقياس الوعي الغذائي:-  
تم استخراج ثبات مقياس الوعي الغذائي باستعمال معامل الفاكرونباخ للاتساق الداخلي وقد بلغ معامل الثبات المحسوب بهذه الطريقة (0.73) وهو معامل ثبات جيد.

#### جدول (٣) ثبات المقياس وعلاقته بالدرجة الكلية

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
١	0.29	١٤	0.5
٢	0.22	١٥	0.47
٣	0.33	١٦	0.25
٤	0.40	١٧	0.70
٥	0.29	١٨	0.36
٦	0.58	١٩	0.37
٧	0.30	٢٠	0.46
٨	0.41	٢١	0.31
٩	0.27	٢٢	0.32
١٠	0.26	٢٣	0.52
١١	0.49	٢٤	0.34
١٢	0.49	٢٥	0.43
١٣	0.34	٢٦	0.57

التطبيق النهائي للمقياس:  
بعد التحقق من صدق وثبات مقياس الوعي الغذائي لدى الام تم تطبيقها على عينة البحث واستغرقت عملية التطبيق النهائي مدة (٤) اشهر.

- ١- الاختبار التائي t-test لعينتين مستقلتين (عودة والخيلي: ٢٠٠٠، ٢٨٨)
- ٢- معامل ارتباط بيرسون (عودة وملكوي: ١٩٨٧، ٢٢٣)
- ٣- معامل الفاكرونباخ (ابو فودة وبني يونس: ٢٠١٢، ١٣٩)
- ٤- الاختيار التائي لعينة واحدة (Ferguson and taken: 169P1980)
- ٥- تحليل التباين الاحادي (البياتي: ٢٠٠٨، ٢٥١).

#### الفصل الرابع

عرض النتائج:-

يتضمن الفصل عرض للنتائج البحث على وفق اهدافه وكما يأتي:-

#### الهدف الاول:

ما هو مقياس الوعي الغذائي لدى الاسرة ولأجل التعرف عليها تم تحليل البيانات وتحليلها احصائيا باستخدام الوسط المرجح والوزن المتوي لعينة البحث البالغة (١٨٠) ربة اسرة مسؤولة عن الوعي الغذائي.

## جدول (٤)

ت قديم	الفقرات	ت الجديد	الفقرات
١	استعمال الغذاء كحافز من اجل سلوك جيد للاولاد	١	اشجع ابنائي على تخصيص مبلغ لشراء الاغذية المفيدة
٢	اشجع الابناء على تناول الحلويات بين الوجبات	١٢	اجنب اطفالي واولاد عائلتي تناول اغذية عالية الدسم
٣	استخدام الطعام كمادة تشجيعية للابناء وتوفير الراحة لهم	١٤	اتبع المناهج الغذائية المتوازن عند تحضير الطعام
٤	اجنب افراد العائلة من تناول الاغذية العالية الحلاوة	٨	استخدم الغذاء كوسيلة لتعزيز الروابط الاسرية
٥	اجنب افراد عائلتي الاغذية التي لا تحتوي على قيمة غذائية عالية	٢٥	اشجع ابنائي على ممارسة الرياضة في الصباح وبعد تناول وجبة العشاء
٦	عدم وضع الخضروات والفاكهة في متناول الايدي غير المغسولة	٢٠	اجنب اولادي من تناول المشروبات الغازية بكثرة
٧	تدريب الابناء على تجفيف الخضروات والفاكهة بعد غسلها لعدم اعطاء الفرصة لنمو الجراثيم عليها	٢٣	اشجع ابنائي على تناول وجبة الفطور
٨	استخدام الغذاء كوسيلة لتعزيز الروابط الاسرية	٤	اجنب افراد العائلة من تناول الاغذية العالية الحلاوة
٩	عدم اخراج اطعمه خارج الثلاجة لمدة طويلة خاصة (الدجاج-لحوم-اسماك)	٣	استخدام الطعام كمادة تشجيعية للابناء وتوفير الراحة لهم
١٠	اضع كميات مناسبة من الطعام تتلائم مع حاجة الطفل	١١	اعود طفلي على ان يضع في طبقه ما يحتاج اليه
١١	اعود طفلي على ان يضع في طبقه ما يحتاج اليه	١٣	امتلاك خلفية معلوماتية عن الغذاء والمواد الغذائية
١٢	اجنب طفلي وافراد عائلتي تناول اغذية عالية الدسم	١٥	اشجع ابنائي على تناول الاغذية المفيدة وسهلة الهضم
١٣	امتلك خلفية معلوماتية عن الغذاء والمواد الغذائية	١٨	تدريب الابناء على قراءة البطاقة الاعلامية للمعلبات والتأكد من تاريخ الصلاحية واختبارهم احيانا في ذلك
١٤	اتبع المنهج الغذائي المتوازن عند تحضير الطعام	١٩	اشجع اولادي على استخدام الزيوت السائلة بدل من الدهون الصلبة في اعداد الطعام
١٥	اشجع ابنائي على تناول الاغذية المفيدة وسهلة الهضم	٧	تدريب الابناء على تجفيف الخضروات والفواكه بعد غسلها لعدم اعطاء الفرصة لنمو الجراثيم عليها
١٦	اعود ابنائي على غسل الايدي قبل تناول الطعام وبعد قضاء الحاجة	٥	اجنب افراد عائلتي الاغذية التي لا تحتوي على قيمة غذائية عالية
١٧	انه اولادي على غسل جميع الخضروات وتدريب الابناء على قراءة البطاقة الاعلامية للمعلبات والتأكد من تاريخ الصلاحية واختبارهم احيانا في ذلك	٩	عدم اخراج اطعمة خارج الثلاجة لمدة طويلة خاصة (دجاج-لحوم-اسماك)
١٨	الاعلامية للمعلبات والتأكد من تاريخ الصلاحية واختبارهم احيانا في ذلك	١٦	اعود ابنائي على غسل الايدي قبل تناول الطعام وبعد قضاء الحاجة
١٩	اشجع اولادي على استخدام الزيوت السائلة بدل من الدهون الصلبة باعداد الطعام	٢	اشجع ابنائي على تناول الحلويات بين الوجبات
٢٠	اجنب اولادي من تناول المشروبات الغازية بكثرة	٢١	اشجع اولادي على قراءة البطاقة الغذائية الارشادية المرفقة مع العبوات
٢١	اشجع اولادي على قراءة البطاقة الغذائية الارشادية المرفقة مع العبوات	٢٢	اجنب اولادي من تناول البقوليات دون سن (٥ من العمر)
٢٢	اجنب الولادي من تناول البقوليات دون سن (٥ من العمر)	١٠	اضع كميات مناسبة من الطعام تتلائم مع حاجة الطفل
٢٣	اشجع ابنائي على تناول الفطور	٦	عدم وضع الخضروات والفاكهة في متناول الايدي غير المغسولة
٢٤	اشجع ابنائي على شراء الاغذية المفيدة		

٢٥	اشجع ابنائي على ممارسة الرياضة في الصباح وبعد تناول وجبة العشاء	١٧	ابنه ابنائي على غسل جميع الخضروات
٢٦	اشجع ابنائي على تخصيص مبلغ لشراء الاغذية المفيدة		

**الهدف الثاني:-**

هل هناك فروق معنوية ذات دلالة احصائية في قياس الوعي الغذائي لدى الاسرة (عينة الامهات) العراقية تبعا لمتغيرات البحث .  
وللكشف عن العلاقة بين قياس الوعي الغذائي ومتغيرات البحث وضعت الفرضيات التالية:-

**اولاً:- تبعا لمتغير الدخل.**

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مقياس الوعي الغذائي لدى الاسرة (عينة الامهات) العراقية تعزى لمتغير الدخل. بلغ المتوسط الحسابي لمقياس الوعي الغذائي تبعا لمتغير الدخل (الفئة ذات الدخل العالي) (٦٠,٥٥٥٦) وبانحراف معياري (٦,٢٤٧٢٢). بينما بلغ المتوسط الحسابي (لعينة الامهات) ذات الدخل المتوسط (٦١,١٤٨٤) وبانحراف معياري (٥,٠٩٨٧٦).

في حين بلغ المتوسط الحسابي (لعينة الامهات) ذات الدخل الضعيف (٦١,٧٥٠٠) وبانحراف معياري (٥,٠٣٩٨٤).

**جدول (٥) المتوسط الحسابي لقياس الوعي الغذائي تبعا لمتغير الدخل الشهري**

متغير الدخل	عدد الافراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الدخل العالي	٩	٦٠,٥٥٥٦	٦,٢٤٧٢٢
الدخل المتوسط	١٥٥	٦١,١٤٨٤	٥,٠٩٨٧٦
الدخل الضعيف	١٦	٦١,١٧٢٢	٥,٠٣٩٨٤
المجموع	١٨٠	٦١,١٧٢٢	٥,١٢٧٢٤

كذلك اظهرت نتائج تحليل التباين الاحادي لمقياس الوعي الغذائي لعينة البحث لفئات الدخل الثلاثة (العالي, المتوسط, الضعيف) بأن الفروق ليست ذات دلالة احصائية في قياس الوعي الغذائي تبعا لمتغير الدخل.

**جدول (٦) تحليل التباين الاحادي لقياس الوعي الغذائي لعينة البحث تبعا لمتغير الدخل الشهري.**

مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	المحسوبة	الجدلية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)
بين النماذج	٢	٨,٨٥٢	٤,٤٢٦	٠,١٦٧	٠,٨٤٧
داخل النماذج	١٧٧	٤٦٩٦,٨٠٩	٢٦,٥٣٦		
المجموع	١٧٩	٤٧٠٥,٦٦١			

**ثانياً: تبعا لمتغيرات عدد سنوات الزواج (الخبرة).**

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية تبعا لمتغير عدد سنوات الزواج .  
بلغ المتوسط الحسابي لمقياس الوعي الغذائي تبعا لمتغير عدد سنوات الزواج (الخبرة) للفئة (٥-١٠) سنوات (٦٤,٥١٦٧) وبانحراف معياري (٥,٩٧٠٢٤). بينما بلغ المتوسط الحسابي للفئة (١٠-١٥) سنوات (٦٤,٢٣٢٦) وبانحراف معياري (٤,٩٩٤٤٦). في حين بلغ المتوسط الحسابي للفئة (١٥-١١) (٦٩,٢٠٠٠) وبانحراف معياري (٤,٦١٣٩٩). كذلك بلغ المتوسط الحسابي للفئات التي هي اعلى من (١٦ سنة) زواج (٦٤,٢٥٣٧) وبانحراف معياري (٥,١٥٩١١).

**جدول (٧) المتوسط الحسابي لمقياس الوعي الغذائي تبعا لمتغير عدد سنوات الزواج.**

الفئات	العدد	المتوسط	الانحراف
١-٥	٦٠	٦٤,٥١٦٧	٥,٩٧٠٢٤
٦-١٠	٤٣	٦٤,٢٣٢٦	٤,٩٩٤٤٦
١١-١٥	١٠	٦٩,٢٠٠٠	٤,٦١٣٩٩
اكثر من ١٦	٦٧	٦٤,٢٣٥٧	٥,١٥٩١١
المجموع	١٨٠	٦٤,٦١١١	٥,٤٥٤١١

اما نتائج تحليل التباين الاحادي لمقياس الوعي الغذائي لعينة البحث (الامهات) تبعا لمتغير عدد سنوات الزواج (الخبرة) ان الفروق ذات دلالة احصائية بين الفئات وكانت الفروق لصالح فئة (١٥-١١) حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (٠,٠٥) والجدولية (٦,٠٢) عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

جدول (٨) تحليل التباين الاحادي لمقياس الوعي الغذائي تبعا لمتغير سنوات الزواج

مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	المحسوبة	الجدولية عند مستوى (٠,٠٥)
بين النماذج	٣	٢٢٥,٨٣٣	٧٥,٢٧٨	٠,٠٥٤	٢,٦
داخل النماذج	١٧٦	٥٠٩٨,٩٤٤	٢٨,٩٧١		
المجموع	١٧٩	٥٣٢٤,٧٧٨			

ثالثاً: تبعا لمتغير عدد افراد الاسرة (حجم الاسرة):

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مقياس الوعي الغذائي لعينة البحث تبعا لمتغير عدد افراد الاسرة (حجم الاسرة) بلغ المتوسط الحسابي لمقياس الوعي الغذائي تبعا لمتغير عدد افراد الاسرة (حجم الاسرة) للفئة (٣-١) (١٧,٠٤١٧) وبانحراف معياري (٦,١٩٥٢٦) بينما بلغ المتوسط للفئة (٧-٤) (٦٤,٥٧٨٥) وبانحراف معياري (٥,٢٨٣٢٣) في حين بلغ المتوسط الحسابي للفئة (٨ فما فوق) (٦٣,٠٩٠٩) وبانحراف معياري (٣,٧٠٠١٢).

جدول (٩) المتوسط الحسابي لمقياس الوعي الغذائي تبعا لمتغير عدد افراد الاسرة (حجم الاسرة).

الفئات	العدد	المتوسط	الانحراف
١-٣	٤٨	٦٥,٠٤١٧	٦,١٩٥٢٦
٤-٧	١٢٧	٦٤,٥٧٨٥	٥,٢٨٣٢٣
اكثر من ٨	١١	٦٣,٠٩٠٩	٣,٧٠٠١٢
المجموع	١٨٠	٦٤,٦١١١	٥,٤٥٤١١

كذلك اظهرت نتائج تحليل التباين الاحادي لمقياس الوعي الغذائي تبعا لمتغير عدد افراد الاسرة (حجم الاسرة) انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية تبعا لهذا المتغير عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

جدول (١٠) تحليل التباين الاحادي لمقياس الوعي الغذائي لعينة البحث تبعا لمتغير عدد افراد الاسرة (حجم الاسرة).

مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	المحسوبة	الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)
بين النماذج	٢	٣٤,٤٨٤	١٧,٢٢٤	٠,٥٧٦	
داخل النماذج	١٧٧	٥٢٩,٣٣٠	٢٩,٨٨٩		
المجموع	١٧٩	٥٣٢٤,٧٧٨			

رابعاً: تبعا لمتغير التحصيل الدراسي لربة الاسرة (عينة الامهات):

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مقياس الوعي الغذائي لعينة البحث (الامهات) تبعا لمتغير التحصيل الدراسي. بلغ المتوسط الحسابي لمقياس الوعي الغذائي تبعا لمتغير التحصيل الدراسي لربة الاسرة (أمي لا يقرأ, ابتدائية) (١٢,١٢٥٠) وبانحراف معياري (٤,٣٠٦٤٨) في حين بلغ المتوسط الحسابي لمقياس الوعي الغذائي تبعا لهذا المتغير عند (متوسطة, والاعدادية) (٦١,٥٤٧٦) وبانحراف معياري (٤,٩٥٩٣٦) بينما بلغ المتوسط الحسابي عند ال (دبلوم والبكالوريوس) (٦٠,٨٩٨١) وبانحراف معياري (٥,٤١٠١٧) اما بالنسبة للتحصيل الدراسي (العليا) فقد بلغ المتوسط الحسابي لها (٥٩,٦٦٦٧) وبانحراف معياري (٤,٢٢٦٩٠).

جدول (١١) المتوسط الحسابي لمقياس الوعي الغذائي لعينة البحث تبعا لمتغير التحصيل الدراسي.

التحصيل الدراسي	العدد	المتوسط	الانحراف
أمي لا يقرأ, ابتدائي	٢٤	٦٢,١٢٥٠	٤,٣٠٦٤٨
متوسطة, اعدادية	٤٢	٦١,٥٤٧٦	٤,٩٥٩٣٦
دبلوم, بكالوريوس	١٠٨	٦٠,٨٩٨١	٥,٤١٠١٧
عليا	٦	٥٩,٦٦٦٧	٤,٢٢٦٩٠
المجموع	١٨٠	٦١,١٧٢٢	٥,١٢٧٢٤

واظهرت نتائج تحليل التباين الاحادي لمقياس الوعي الغذائي تبعا لمتغير التحصيل انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية تبعا لهذا المتغير عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

## جدول (١٢) تحليل التباين الاحادي لمقياس الوعي الغذائي لعينة البحث تبعا لمتغير التحصيل الدراسي.

مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	المحسوبة	الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)
بين النماذج	٣	٤٩,٤١٨	١٦,٤٧٣	٠,٦٢٣	٠,٦٠١
داخل النماذج	١٧٦	٤٦٥٦,٢٤٣	٢٦,٤٥٦		
المجموع	١٧٩	٤٧٠٥,٦٦١			

## مناقشة النتائج وتفسيرها:-

في ضوء النتائج التي توصل اليها البحث الحالي يمكن مناقشة النتائج واستنتاج ماياتي .

## ١- متغير الدخل الشهري:-

حسب النتائج التي توصلت اليها الباحثان ان الدخل لا يؤثر على مستوى الوعي الغذائي واجريت العديد من الدراسات التي تتعلق بهذا المتغير حيث اظهرتان زيادة مستوى الدخل لدى الاسرة قد يؤثر سلباً وبصورة خاصة على الطفل اذ تدفعهم الى تناول المشروبات الغازية والأكلات السريعة والذهاب الى المطاعم حيث اصبح معظم الشباب يرتاد المطاعم ويتركون الاكل الصحي في المنازل وذلك لأن اقبال الناس على المطاعم اصبح عنصر من عناصر الترفيه والتغير ومظهر من مظاهر التطور والتحضر لدى بعض الناس حيث ساعد انتشار المطاعم وسهولة التوصيل الى المنازل على زيادة استهلاك الدهون والنشويات والسكريات والمشروبات الغازية التي لها اضرار كبير على صحة افراد المجتمع (الزبيدي:٢٠٠٨،٤٣)

## ٢- متغير عدد سنوات الزواج(الخبرة)

اما فيما يتعلق بمتغير عدد سنوات الزواج فقد اظهرت النتائج الاحصائية ان هناك فروق وكانت هذه الفروق لصالح الفئة (١١-١٥) حيث تم تقسيم افراد الاسرة عدة فئات (١-٥)، (٦-١٠)، (١١-١٥)، (١٦) فما فوق وتفسير ذلك انالام (ربة المنزل) التي قد مضى على زواجها ١٠ سنوات فما فوق قد اكتسبت الخبرة والمهارة في شؤون المنزل وادارته.

## ٣- متغير عدد افراد الاسرة (حجم الاسرة)

حسب النتائج التي وصل اليها البحث تبين ان عدد افراد الاسرة لا يؤثر بمقياس الوعي حيث تم تقسيم عينة البحث الى فئات (١-٣) و(٤-٧) و(٨ فما فوق). وبعد التقسيم واجراء التحليلات الاحصائية تبين انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متغير عدد افراد الاسرة ومقياس الوعي الغذائي لدى الاسرة العراقية التي تمتلك مقدار من الوعي تكون قادرة على ادارة الاسرة مهما كان حجمها وبلغ عددها فهي تمتلك المعرفة الكافية والقدرة العالية على ادارة الامور وتقديم الافضل لها من الناحية التغذوية وهذا لا يتفق مع دراسة العاني (٢٠٠٠).

## ٤- متغير التحصيل الدراسي:-

ان التحصيل الدراسي عامل مهم لكنه غير مؤثر بمقياس الوعي الغذائي لدى الاسرة العراقية وتعزى الاسباب الرئيسية في ان معظم الافراد يعتمدون في تناولهم غذائهم على العادات والتقاليد المكتسبة من قبل الال وكذلك اشارت معظم الدراسات والبحوث التي اجريت في مجال الثقافة الغذائية بان الغذاء في الماضي كان صحياً أكثر رغم قلة مستويات التحصيل الدراسي وذلك يرجح بان الافراد في الماضي يتناولون الغذاء طازجاً والمنتج محلي وخالياً من المواد الحافظة دون الاعتماد المتزايد على الاطعمة المعلبة والمجمدة والمحفوظة كما في الوقت الحالي ونتائج هذا البحث يخالف نتائج دراسة العاني (٢٠٠٠) .

## المصادر

- ١- البياتي، عبد الجبار توفيق (٢٠٠٨). الاحصاء وتطبيقاته في العلوم التربوية والنفسية، اثناء للنشر والتوزيع، الطبعة الاولى، عمان، الاردن ص ٢٥١.
- ٢- الغنيم، مرزوق يوسف والبهبهي، بهيجة أسماعيل (١٩٩٧). الثقافة الصحية، ذات السلاسل للطباعة والنشر، الطبعة الاولى، الكويت ص ٣٢١-٣٢٣.
- ٣- البياتي، فاطمة أحسان (١٩٩٨). مستوى الوعي الغذائي لدى طلبة جامعة بغداد، رسالة ماجستير جامعة بغداد، كلية التربية للبنات .
- ٤- الدوري، هدى عبد الحميد (٢٠٠٠). أثر برنامج التربية الغذائية في العادات الغذائية غير السليمة لدى تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية (دراسة تجريبية). رسالة ماجستير، كلية التربية للبنات، جامعة بغداد.
- ٥- الزبيدي، مريم مال الله (٢٠٠٨). دراسة مقارنة وتحليل أغذية الاطفال المنخفضة الكفاية الغذائية والشائعة عند الفئة العمرية (٥-٣). مجلة أم سلمة للعلوم، المجلد (٥)، العدد (١).
- ٦- الزهيري، عبدالله محمد دنون (٢٠٠٠). تغذية الانسان، ط٢. دار الحكمة للطباعة والنشر نجاعة الموصل -العراق
- ٧- الزهيري، عبدالله محمد دنون (١٩٩٢). تغذية الانسان، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة الموصل .

- ٨-العادلي ، فينوس عبد الامير (٢٠٠٠). الهدر الغذائي وعلاقته ببعض المتغيرات . رسالة ماجستير جامعة بغداد، كلية التربية للبنات .
- ٩- العاني ، فاطمة فائق(٢٠٠٠). الاختيارات الغذائية لدى الاسرة العراقية وعلاقتها ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير جامعة بغداد ، كلية التربية للبنات .
- ١٠-العوضي ، فوزية (١٩٨٤). التغذية وصحة المجتمع ، ط ١ ، وزارة الصحة ، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي.
- ١١-ابوفودة ، باسل خميس وبني يونس ،نجاتي احمد(٢٠١٢).الاختبارات التحصيلية . الطبعة الاولى . دار المسيرة للنشر والتوزيع ،عمان .
- ١٢- بدير ، كريمان (٢٠١٠) .الاسس النفسية لنمو الطفل . الطبعة الثانية : دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان
- ١٣-زين الدين ، محمد كمال (١٩٩٤). الغذاء والجنس ، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع ، عين جليلية ، الجزائر .
- ١٤-صادق ، منى احمد (٢٠١١) . تغذية الانسان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، الطبعة الاولى، عمان .
- ١٥- عودة ، أحمد سلمان والخليلي ، يوسف خليل يوسف (٢٠٠٠).الاحصاء للباحث في التربية والعلوم الانسانية ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن .
- ١٦-عودة ، احمد سليمان وملكاوي فتحي حسن (١٩٨٧). اساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية (عناصره ومناهجه والتحليل الاحصائي لبياناته)مكتبة المنار للنشر والتوزيع ،الزرقاء -الاردن .
- ١٧-مصيفر ،عبد الرحمن (١٩٩٠). واقع وأفاق غذاء وتغذية الاطفال في دول مجلس التعاون الخليجي ، مجلة الصناعات الغذائية العربية ، العدد (١) السنة الحادية العشر ، ص٥٠-٥٦ .
- ١٨-مصيفر ،عبد الرحمن (١٩٩٩). الغذاء والتغذية . المكتب الاقليمي لمنظمة الصحة العالمية للشرق المتوسط ، أكاديميا أنترناشيونال للنشر والطباعة .
- ١٩- منظمة الاغذية والزراعة للامم المتحدة (١٩٩٢).الاغذية والتغذية نحو عالم ينعم بتغذية جيدة ، المكتب الاقليمي للشرق الادنى ، القاهرة .
- ٢٠-منظمة الاغذية والزراعة للامم المتحدة (١٩٩٥). كيف تحصل على الافضل من غذائك ، المكتب الاقليمي للشرق الادنى ، القاهرة .
- ٢١- موترام ، ر.ف(١٩٨٥). التغذية الصحية للانسان ،ترجمة د. أمال السيد الشامي ، د. منى خليل عبد القادر ، د. حياة محمود شرارة ،مراجعة عطيات محمد البهي ، دار العربية للنشر والتوزيع .
- ٢٢-مزهرة ،ايمن سليمان(٢٠٠٨).موسوعة الغذاء والتغذية الصحية . دار المسيرة للنشر والتوزيع ،الطبعة الاولى ،عمان

- 23-Ferguson, G.I and Taken. Y.,(1980).Statistical Analysis in psychology and education ,New York ,McGraw\_ Hill,p.169.
- 24-Winter,D.M.Walkeley.,R.P.Neil,E.S(1981).Introduction to public health seventh edition , Macmillan Publishing co.Inc,New York.