



بسم الله الرحمن الرحيم

" وقل ربي زدني علما "

صدق الله العظيم





# شكر و عرفان

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم "من اصطنع اليكم معروفا فجازوه، فإن عجزتم عن مجازاته

فادعوا له حتى تعلموا أنكم شكرتم، فإن الشاكر يحب الشاكرين" رواه الطبراني.

أول ما نستهل به الكلام هو الصلاة والسلام على نبينا محمد وعلى آله وصحبه وسلم، بداية نشكر الله عز وجل ونحمده حمدا كثيرا على توفيقه لنا في إكمال هذه المذكرة، ولا يسعنا إلا أن نتقدم بجزيل الشكر إلى الدكتورة المشرفة " جابر مليكة " والتي أنارت درينا في البحث والعلم، بما قدمته لنا من توجيهات ونصائح طيلة إشرافها لنا فكانت مثالا للجد والتفاني.

كما أتقدم بأسمى معاني الشكر إلى كافة أساتذة قسم علم الاجتماع والديمغرافيا على ما أسدوه لنا من معلومات ومساعدة طيلة فترة دراستنا.

كما أتقدم بالشكر إلى زوجي إسحاق الذي شاطرنى كل الصعاب والمتاعب والذي كان سندي القوي لانجاز هذا العمل ووالدتي التي اعتنت بانبتي طيلة فترة انجازي لهذا العمل وإلى صديقتي مليكة وابتسام اللتين ساعدتاني في عملي هذا، كما يسعني أن أشكر فيصل الذي أمد لي يد العون في عملي هذا.

أشكر الله الذي قدرني على إتمام هذه الدراسة . والحمد لله الذي وفقنا لبلوغ هذه الدرجة من العلم وأسأل أن يوفقنا لمزيد من النجاحات.

وفي الأخير نشكر كل من ساهم في كتابة هذا البحث وساعدنا من قريب أو بعيد لإخراج هذه المذكرة إلى النور.

لكم الشكر جميعا

## شريعة



# إهداء

إلى من قال الله تعالى فيهما :  
( وأخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب  
أرحمهما كما ربياني صغيرا )  
أهدي ثمرة عملي هذا إلى الوالدين الكريمين  
حفظهما الله وأطال في عمرهما.  
وإلى أخي بلخير وأخواتي آمال فتيحة وسامية.  
وكما يسعني أن أهدي عملي هذا إلى زوجي  
اسحاق وكل عائلته خاصة والدته الكريمة و  
سميرة وإلهام على دعمهم لي.  
كما أهدي عملي إلى ابنتي ياسمين  
التي استمد قوتي منها رغم التعب  
والمشاق.

**شريفة**



كلمة شكر وعرفان

إهداء

فهرس المحتويات

فهرس الجداول

مقدمة.....أ

### الفصل الأول: موضوع الدراسة

- 04.....(1.1). صياغة إشكالية الدراسة
- 05.....(2.1). أسباب اختيار الموضوع
- 05.....(3.1). أهمية الدراسة
- 05.....(4.1). أهداف الدراسة
- 06.....(5.1). تحديد مفاهيم الدراسة
- 09.....(6.1). الدراسات المشابهة للدراسة
- 13.....(7.2). المدخل النظري

### الفصل الثاني: الإجراءات المنهجية للدراسة

- 18.....(1.2). منهج الدراسة
- 18.....(2.2). مجالات الدراسة
- 21.....(3.2). مجتمع وعينة الدراسة
- 21.....(4.2). أدوات جمع البيانات
- 23.....(5.2). الأساليب الاحصائية المستخدمة

الفصل الثالث: عرض وتحليل وتفسير ومناقشة النتائج

- 1.3). عرض وتحليل وتفسير البيانات الشخصية المتعلقة بالمبحوثين.....25
- 2.3). عرض وتحليل وتفسير التساؤل الأول ..... 29
- 2.3). عرض وتحليل وتفسير التساؤل الثاني..... 45
- 3.3). مناقشة نتائج التساؤل الأول.....58
- 3.4). مناقشة نتائج التساؤل الثاني..... 59
- 7.3). النتيجة العامة للدراسة ..... 60
- الخاتمة ..... 63
- قائمة المراجع ..... 65

الملاحق



الصفحة	العنوان	رقم الجدول
25	يوضح توزيع العينة حسب السن.	01
26	يوضح المستوى التعليمي لمفردات الدراسة.	02
26	يوضح توزيع المبحوثين حسب نوع الأسرة.	03
27	يوضح الوضعية المهنية للمبحوثين.	04
27	يوضح عدد أفراد أسرة المبحوثين.	05
28	يوضح الأجر الشهري للأسرة.	06
28	يوضح اقتناء المبحوثين للسلع الغذائية.	07
29	يوضح مرات قيام المبحوثين بعملية التسوق.	08
29	يوضح التغذية الجيدة في نظر المبحوثين.	09
31	يوضح إذا كان للأسرة نظام غذاء متبع طيلة الأسبوع مع التعليل.	10
32	يوضح ما تتناوله الأسرة عادة بعد وجبة الغذاء أو العشاء.	11
33	يوضح الشيء الذي تراعيه الأم في اعدادها للوجبة لأبنائها.	12
34	يوضح ما يتناول في فطور الصباح عادة.	13
35	يوضح الأغذية التي لا نستغني عنها في فصل الشتاء.	14
36	يوضح الأطباق التقليدية التي تحضرها الأسرة ومتى يتم تحضيرها.	15
37	يوضح ترتيب تناول هذه المكونات: سلطة، لحم، خضر، فواكه، سواتل.	16
38	يوضح تفضيل الأبناء لأكل البيت مع التعليل.	17
39	يوضح يوضح أوقات شرب الشاي مع التعليل.	18
40	يوضح تعويض الطفل للحليب.	19

41	يوضح كيفية طهي الخضار مع التعليل.	20
41	يوضح مكونات السلطة.	21
42	يوضح تناول التمر مع التعليل.	22
43	يوضح الزيت المستعمل في الطهي.	23
44	يوضح اختيار المبحوثين للمجة.	24
45	يوضح الأطعمة التي لا يأكلها أفراد أسرته.	25
46	يوضح الأغذية التي كان يتناولها أفراد الأسرة قبل سنوات وتم تعويضها.	26
46	يوضح الأوقات التي تجتمع فيها أفراد الأسرة للأكل	27
47	يوضح اختلاف العادات الغذائية أيام العطل مع التعليل.	28
48	يوضح وقت تناول الأكل الجاهز من المطاعم وإذا كان هذا الغذاء صحي في نظر الأسرة.	29
49	يوضح إذا كان يتحدد نوع الاستهلاك حسب المنطقة التي تنتمي إليها الأسرة.	30
50	يوضح إذا كانت الأم تحضر الخبز بالبيت.	31
51	يوضح شرب المشروبات الغازية.	32
52	يوضح تشاور الأبناء مع الوالدين في شراء سلعة غذائية ما.	33
53	يوضح سماح الأم لأبنائها بتناول كل من رقائق البطاطا، الحلويات، البذور المملحة، البسكويت، ياغورت مع التعليل.	34
55	يوضح اثاره انتباه الأم لعرض السلع الغذائية في الإشهار.	35
55	يوضح مسارعة الأم إلى اقتناء وتجربة المنتج الذي عرض في الإشهار.	36
56	يوضح استهلاك الأبناء للمواد الغذائية لوحدهم أم تختارها الأم بنفسها.	37
56	يوضح الشيء الذي تقرئه الأسرة في حالة شراء سلعة غذائية من المحل مع التعليل.	38
57	يوضح التوابل المستخدمة في الطهي.	39



مقدمة



# مقدمة

يعد الغذاء أحد الضروريات الأساسية لنمو جسم الفرد وهو بمثابة الوقود الذي يحركه، حيث يوفر الغذاء لجسم الفرد جميع العناصر الغذائية من معادن، فيتامينات، ألياف، بروتينات، لكي يستطيع الفرد مواصلة يومه كما يحميه من الأمراض ويقيه منها. فالتغذية السليمة تأتي في مقدمة ما يجب على الأسرة أن توفره لأفرادها وخاصة الأطفال منهم، لأنه إذا تعلم الطفل منذ صغره كيف يختار غذائه بالطريقة الصحيحة هذا سيغنيه من الوقوع في الكثير من المشاكل التي قد تؤثر بصحة جسمه وذلك لأن الجهل بالمبادئ الأساسية في التغذية يعد سببا في حدوث الكثير من أمراض سوء التغذية خاصة أن أمراض العصر الحالية يعتبر سببها نوعية الغذاء الذي نتناوله بالدرجة الأولى، في عصر أصبح يشهد تطور تكنولوجي هائل مس مختلف مجالات الحياة من بينها ثقافة استهلاك الغذاء لأن ما يعرض على وسائل الاعلام والاتصال له الأثر الكبير في ازدياد حدة الاستهلاك وخاصة ما يبيث على البرامج الاعلامية وبرامج الدعاية التجارية، فالفرد يحاول أن يقتني كل ما يعرض عبر هذه الوسائل، فيلجأ إلى الاسراف لذا أصبحت مجتمعاتنا تعاني مشكلات حمة تقف أمام أبنائها إذ أصبحوا مستهلكين أكثر منهم منتجين. وبناء على ما سبق جاءت هذه الدراسة لمعرفة إذا كانت الأسرة تنشأ أبنائها على ثقافة غذائية سليمة وإذا كانت هذه الثقافة تنطبق مع النموذج المثالي لوزارة الصحة، أم أنها تنشأ أبنائها على ثقافة غذائية استهلاكية وهل هي على وعي بما يستهلكه أبنائها. حيث قسمت هذه الدراسة إلى ثلاث فصول كالتالي:

**الفصل الأول:** خصص لموضوع الدراسة حيث تضمن تحديد وصياغة إشكالية الدراسة، وأسباب اختيار الموضوع، وأهمية الدراسة وأهدافها، وتحديد مفاهيم الدراسة، والدراسات المشابهة لموضوع الدراسة وأخيرا مدخل النظري.

**والفصل الثاني:** تمثل في الإجراءات المنهجية للدراسة من خلال منهج الدراسة، ومجالات الدراسة، ومجتمع وعينة الدراسة وأدوات جمع البيانات.

**الفصل الثالث:** فعالج عرض وتحليل وتفسير ومناقشة النتائج، حيث تضمن عرض وتحليل وتفسير البيانات العامة المتعلقة بالمبحثين، وعرض وتحليل وتفسير التساؤل الأول، وعرض وتحليل وتفسير التساؤل الثاني، ثم مناقشة نتائج الدراسة في ضوء تساؤلات الدراسة، ثم النتيجة العامة التي توصلت لها الدراسة، وفي الأخير خاتمة.

## الفصل الأول: موضوع الدراسة

1.1. صياغة إشكالية الدراسة

2.1. أسباب اختيار الموضوع

3.1. أهمية الدراسة

4.1. أهداف الدراسة

5.1. تحديد مفاهيم الدراسة

6.1. الدراسات المشابهة

7.1. المدخل النظري

يستعرض هذا الفصل التمهيدي الجانب التصوري لإشكالية الدراسة الحالية المتمثلة في " الثقافة الغذائية في الأسرة الجزائرية"، مع طرح التساؤل الرئيسي وكذا الأسباب التي بمحضها تم إختيار هذا الموضوع دون غيره، ثم إبراز الأهمية العلمية للدراسة، دون نسيان الهدف الذي قامت عليه، وصولاً في الأخير إلى تحديد المفاهيم الأساسية للدراسة بعرضها ضمن معانيها الواسعة ثم تحديدها إجرائياً بكيفية توظيفها في الدراسة الحالية، ثم التطرق للدراسات المشابهة التي تناولت الموضوع من زوايا متعددة، مع تحديد أوجه الاستفادة منها وكذلك تحديد المدخل النظري المتبنى.

## 1.1 . صياغة إشكالية الدراسة:

تعتبر عملية التنشئة الاجتماعية من أهم العمليات تأثيراً على الأفراد وذلك للدور الأساسي الذي تلعبه في تشكيل شخصياتهم وتكاملها، والتي عن طريقها يكتسب الأفراد العادات والتقاليد والقيم السائدة في المجتمع، وهذه العملية تتم من خلال مؤسسات متعددة، وتعد الأسرة أهم هذه المؤسسات، فالأفراد يكتسبون الثقافة عن طريق هذه العملية والثقافة تختلف وتتنوع من مجتمع إلى آخر.

فالمجتمع الجزائري كغيره من المجتمعات عرف عدة تغيرات مرتبطة بظهور الحداثة كتيار فكري وما صاحبها من تغير في بعض خصائص المجتمعات كظهور مفاهيم العقلانية التقنية والترشيد، وكذلك ظهور مفهوم المجتمع الاستهلاكي الذي جاء مع قيام الثورة الصناعية، و ما صاحبها من ظهور وسائل تكنولوجية، والتي عملت على إنشاء المصانع الحديثة المنتجة للعديد من السلع. فالفرد في المجتمع الاستهلاكي يصبح مستهلكاً لسلع ينتجها مجتمعه أكثر منه مشاركاً بأفعاله الاجتماعية، كما أن انتمائه أصبح يقاس باستهلاكه لعلامات معينة كدلالة على المكانة أو المستوى الاجتماعي، والفرد لم يعد يسعى ليحقق ذاته بل أصبح يسعى لنيل موافقة الآخرين وكسب رضاهم والتباهي أمامهم، فلما أنه حر في اختياره وتمييزه عن الآخرين إلا أن حريته وسعيه نحو الاختلاف لا يعد سوى ضرباً من التوهم والزيغ وهذا ما أكد عليه كل من العالمين "جان بودريار" و"تيودور أدورنو" من خلال نقدهما لمجتمع الاستهلاك.

ونتيجة للتطور التكنولوجي ظهرت أجهزة متعددة كالتلفاز والراديو قد أثرت على سلوك المستهلك الجزائري من خلال ترويج الإشهار للعديد من السلع المحلية وغير المحلية التي ساهمت في اتساع ظاهرة الاستهلاك، حيث أصبح المستهلك الجزائري يسعى لإشباع حاجاته وهي حاجات من صنع مجتمع الاستهلاك كحاجته إلى الطعام وقد يتطور إلى الرغبة في حاجات أخرى قد لا يمكنه إشباعها، إذ بمجرد أن يشبع حاجة تؤدي به إلى حاجات أخرى وهي لا تشبع عن طريق قيم استعمالية بل عن طريق قيم تبادلية، حيث يؤكد ريتزر أنّ نمط الاستهلاك السائد يقضي على ثقافات الشعوب وخصوصياتها.

ونتيجة لكل هذا فقد برز تغير في المستوى المعيشي للفرد الجزائري في ملبسه وطريقة عيشه وعاداته ومأكله كل هذه الثقافات الوافدة إلى المجتمع سواء كانت سلبية أو إيجابية عملت على تغيير العديد من المفاهيم منها العادات الغذائية لدى الكثير من الجزائريين في المجتمع الجزائري، الأمر الذي أدى إلى تبني أفكار جديدة تتعلق بالغذاء والعادات الغذائية البعض منها قد يتلائم مع قيم وعادات المجتمع الجزائري والبعض الآخر قد لا يتلائم معها ويعتبر حديثاً بالنسبة إليه، ولذلك أصبحت قضايا الغذاء

ومشكلاته في الوقت الحالي من الموضوعات التي تلاقي اهتماما متزايدا من قبل الدارسين لأن الغذاء يعتبر أحد الضروريات الأساسية لنشوء الحياة واستمرارها.

فالثقافة الغذائية تختلف من مجتمع إلى آخر ومن منطقة إلى أخرى، وللثقافة الغذائية في الأسرة الجزائرية ميزة خاصة وذلك لتباين الثقافات وتعدد البيئات في المجتمع الجزائري مما قد يؤثر على النظام الغذائي المتبع في وجبات الجزائريين، حيث أن لكل مجتمع عاداته الغذائية التي تنسجم مع قيمه ومبادئه و أوضاعه الاقتصادية.

وعليه تعد الأسرة المجال الاجتماعي الأول الذي يكتسب فيه الفرد أولى عاداته الغذائية، فهي تسعى للاعتناء بصحة أفرادها والتي تقع على عاتق الوالدين بالدرجة الأولى وخاصة الأم التي تسعى جاهدة في إعداد طعام قد يكون صحي ويلتزم المرحلة العمرية لأفراد أسرتها لأن الذي "يحتاجه الطفل يختلف عن الذي يحتاجه الشخص البالغ أو كبير السن أو المرأة الحامل وحتى المريض"<sup>1</sup>. معتمدة في ذلك على المعلومات والمهارات التي حصلت عليها في محيطها الأسري وهذا يتوقف على توفير العديد من الأمور منها التغذية السليمة والمناسبة لمراحل نمو الفرد وذلك لأن الغذاء يعد من العناصر الأساسية والضرورية في الحفاظ على النمو الجسمي الصحيح للفرد.

وهنا يكمن تحديد مشكلة هذه الدراسة التي تنطلق من واقع الثقافة الغذائية في الأسرة بمدينة ورقلة كمجال اجتماعي، مع العلم أن كل ما يتعلق بنوع وكمية وكيفية إعداد وتقديم الغذاء وتعويد الأبناء على الممارسة الغذائية السليمة هو من قرارات و مسؤولية الوالدين في الأسرة، فإن هذه الدراسة معنية بالتعرف على كيفية ممارسة الوالدين للتربية الغذائية داخل المحيط الأسري، سواء كانت ثقافة غذائية سليمة أو ثقافة غذائية استهلاكية.

وذلك نتيجة لعدة عوامل منها خروج المرأة للعمل، كثرة الانشغالات، تغير نمط المعيشة وتغير الأدوار داخل الأسرة هذا قد يكون عاملا مساعدا على توسع دائرة الاستهلاك، ومن هذا المنطلق يظهر جليا أن الاهتمام بالتغذية ومختلف مظاهرها أمر لا بد من تناوله بالبحث والتمحيص.

وعليه يمكن طرح التساؤل الرئيسي التالي: ما نوع الثقافة الغذائية التي تعتمدها الأسرة بمدينة ورقلة ؟ ومنه يتفرع التساؤلات الفرعية التالية:

1 . هل تعتمد الأسرة بمدينة ورقلة في تنشئة أبنائها على ثقافة غذائية سليمة؟ هل تنطبق هذه الثقافة مع النموذج المثالي لوزارة الصحة؟

2 . هل تعتمد الأسرة بمدينة ورقلة في تنشئة أبنائها على ثقافة غذائية إستهلاكية؟ وهل للأسرة وعي بما يستهلكه أبنائها؟

### 1 . 2 . أسباب اختيار الموضوع:

1 - دانية محمد محمود، موسوعة التغذية، دار دجلة، ط1، عمان، 2009، ص93.



### 1. 2. 1 أسباب ذاتية:

1. إن التخصص في علم الاجتماع التربوي والميل الشخصي لمثل هذه المواضيع كان دافعا كبيرا في اختيار هذا الموضوع.
2. حب الإطلاع على واقع الأسرة الجزائرية خاصة في مجال الثقافة الغذائية.
3. الرغبة الشديدة في إشباع الفضول العلمي وإثرائه بموضوع الأسرة باعتبارها أهم مؤسسة من مؤسسات التنشئة الاجتماعية.

### 1. 2. 2 أسباب موضوعية:

1. محاولة التعرف على الظاهرة محل الدراسة وهي الثقافة الغذائية في الأسرة بمدينة ورقلة عن كثب.
2. قلة الدراسات التي تناولت هذا الموضوع بالبحث من هذا الجانب من وجهة نظر تيودور أدورنو ونقده لمجتمع الاستهلاك.
3. محاولة لفت الانتباه إلى أهمية الثقافة الغذائية خاصة عند الأمهات.
4. التعرف على بعض الممارسات الخاطئة من طرف الوالدين في تغذية الأبناء وهم في مرحلة التمدرس.

### 1. 3. 1 أهمية الدراسة:

تنطلق أهمية الدراسة الحالية من أهمية موضوعها لأن موضوع الثقافة الغذائية أصبح من المواضيع التي تشغل المهتمين بميدان التغذية عامة والمختصين بميدان الأنثروبولوجيا وعلم الاجتماع من منظور سوسيوولوجي خاصة.

وكون هذه الظاهرة تعد من خصائص المجتمع الحديث، وذلك لأن للغذاء أهمية كبيرة وأهميته تكمن في مدى اختيار طعام مناسب لجسم الفرد وما يحتويه من العناصر الغذائية من خلال توفير تغذية سليمة ومعرفة مدى إلمام كل فرد من أفراد الأسرة بمدينة ورقلة بقدر من الثقافة الغذائية التي ستساعده في اختيار الغذاء المناسب له وفق امكانياته ونقله إلى أبنائه عن طريق التنشئة الاجتماعية، التي يمكن أن تتدخل فيها وسائط أخرى مثل وسائل الاعلام عن طريق الاشهار من خلال الترويج للعديد من المنتجات الغذائية، والتي قد تؤثر على اختيارات الفرد بمدينة ورقلة في استهلاكه لهذه المنتجات، عليه فإن هذه الدراسة تسعى لفهم تجليات هذه الظاهرة في الأسرة بمدينة ورقلة.

### 1. 4. 1 أهداف الدراسة:

- 1 - تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على نوع الثقافة الغذائية في الأسرة بمدينة ورقلة في الوقت الحالي.
- 2 - محاولة التعرف إذا كانت الأسرة تعتمد في تنشئة أبنائها على ثقافة غذائية.
- 3 - السعي إلى استكشاف ما إذا كانت الأسرة تربي وتنشئ أبنائها على تربية غذائية سليمة وصحية وهل تنطبق هذه التربية مع النموذج المثالي.
- 4 - التعرف إذا كانت الأسرة تربي وتنشئ أبنائها على تربية غذائية استهلاكية ومعرفة هل هي على وعي بما يستهلكه أبنائها؟

1 . 5 . تحديد مفاهيم الدراسة:

1 . 5 . 1 الأسرة Family:

• لغة:

مأخوذة من الأسر وهو القوة والشد، ولذلك تفسر بأنها الدرع الحصين.<sup>1</sup> وعليه فإن أعضاء الأسرة يشد بعضهم أزر البعض، ويعتبر كل منهم درعا للآخر، وتطلق كذلك على أهل الزوج وعشيرته كما على جماعة يضمهم هدفاً مشتركاً.<sup>2</sup>

• اصطلاحاً:

1 - أوجست كونت August Count يرى أن الأسرة: "هي الخلية الأولى في جسم المجتمع، وهي النقطة التي يبدأ منها التطور، ويمكن مقارنتها في طبيعتها ومركزها بالخلية الحية في المركز البيولوجي (جسم الكائن الحي) ويرجع كونت ذلك إلى عدم اعترافه بالوضع الاجتماعي للفرد، والفردية في نظرة لا تمثل شيئاً في الحياة الاجتماعية التي لا تتحقق بصورة كاملة إلى حيث يكون امتزاج عقول وتفاعل الأحاسيس، واختلاف الوظائف، والوصول إلى غايات مشتركة. وأن هذه الفردية لا تتحقق فيها شيء من هذا القبيل ولكن يتحقق ذلك من خلال الأسرة."<sup>3</sup>

ما يلاحظ من خلال تعريف كونت أنه يعتبر الأسرة المؤسسة الأساسية في المجتمع والركيزة الأساسية به، وذلك من خلال وظائفها التي تقوم بها، حيث يرفض كونت الفردية لأنه يراها لا تمثل شيئاً في الحياة الاجتماعية التي تتميز بالتفاعل و كثرة الوظائف واختلافها وتحقيق الغايات المشتركة.

2 - يعرفها أوجبرن Qqburn بأنها: "رابطة إجتماعية من زوجين مع أطفال أو دونهم أو من زوج بمفرده مع أطفاله، أو من زوجة بمفردها مع أطفالها. كما يضيف أوجبرن أن الأسرة قد تكون أكبر من ذلك بمعنى أنها تشمل بالإضافة إلى الأفراد السالف ذكرهم، أفراداً آخرين مثل الجدود والأحفاد وبعض الأقارب على أن يكونوا مشتركين في معيشة واحدة مع الزوج والزوجة والأطفال".<sup>4</sup>

والملاحظ من خلال تعريف أوجبرن أنه ركز على اعتبار الأسرة تجمع لعدد معين من الأفراد تربطهم علاقة قرابية وأضاف أوجبرن أن الأسرة قد تتسع وهنا فإنه يشير إلى الأسرة الممتدة التي تشمل الأجداد والأحفاد وبعض الأقارب الذين يشتركون في مكان إقامة واحد.

1 - مجد الدين محمد بن يعقوب الفيروزآبادي، قاموس المحيط، مؤسسة الرسالة، ط8، لبنان، 2005، ص343.

2 - معجم الوسيط، مجمع اللغة العربية، مكتبة الشروق الدولية، ط4، مصر، 2004 ص17.

3 - زينب إبراهيم العزبي، برنامج دراسة المجتمع علم الاجتماع العائلي، المستوى الأول، فصل دراسي أول، قسم علم الاجتماع كلية الآداب، جامعة بنها ص.26

2 - المرجع نفسه، ص27.

3. أما برجس ولوك Burgess and Locke فيعرفانها في كتابهما The Family على أنها: "مجموعة من الأشخاص يرتبطون بروابط الزواج أو الدم أو التبني ويعيشون تحت سقف ويتفاعلون فيما بينهم وفقا لأدوار محددة ويختلفون ويحافظون على نمط ثقافي عام".<sup>1</sup>

بينما التعريف الأخير ركز على التفاعل داخل الأسرة ومن مهام هذه الأخيرة المحافظة على الثقافة الغذائية ونقلها إلى الأبناء عن طريق التنشئة الاجتماعية، مع العلم أنه ذكر بعض الروابط وهي الزواج أو الدم أو التبني وهي قد تتلائم مع بعض المجتمعات ولا تتلائم مع بعضها.

### 1. 5. 2. الأسرة الجزائرية Algerian Family:

يمكن تعريف الأسرة الجزائرية كالتالي:

يعرفها "مصطفى بوتفنوشت" بأنها: إنتاج إجتماعي يعكس صورة المجتمع الذي توجد فيه وتتطور فيه، ففي مجتمع سكوني تبقى البنية الأسرية مطابقة له وفي مجتمع تطوري فإن الأسرة تتحول حسب ايقاع وظروف التطور لهذا المجتمع".<sup>2</sup> وما يلاحظ من خلال تعريف مصطفى بوتفنوشت أن الأسرة تعتبر منتج أنتجه المجتمع تعكس ما يحمله هذا المجتمع من عادات وتقاليده وتغير وتتطور وفق التطور الحاصل على المجتمع.

#### • التعريف الاجرائي:

هي الأسرة في مدينة ورقلة المكونة من رجل و امرأة و أولاد يعيشون مع بعضهم تحت سقف واحد بموجب عقد زواج والتي تقوم بنقل الثقافة الغذائية للأبناء عن طريق التنشئة الاجتماعية.

### 1. 5. 3. الثقافة culture:

#### • لغة:

الثقافة كلمة الثقافة في اللغة العربية من أكثر الكلمات التي أخذت معانٍ متعددة حسب مكانها من الجملة؛ فالثقافة من الفعل ثقف فهو ثقيف وفلان صار حادقا فطنا. وثقف الشيء: أقام المعوج منه وسواه، والإنسان أدبه وهذبه وعلمه، وعليه الثقافة هي العلوم والمعارف والفنون التي يطلب الحذق فيها.<sup>3</sup>

1 - صلاح الدين شروخ، علم الاجتماع التربوي، دار العلوم، عنابة، 2004، ص 64-65.

2 - مزور بركو، التنشئة الاجتماعية في الأسرة الجزائرية الخصائص والسمات، مجلة شبكة العلوم النفسية العربية، جامعة باتنة، العدد 21-22، 2009، ص 45.

3 - معجم الوسيط، مجمع اللغة العربية، مكتبة الشروق الدولية، الطبعة الرابعة، مصر، 2004، ص 98.

• اصطلاحا:

تعددت مفاهيم الثقافة وذلك نتيجة لتعدد هذا المفهوم وتشعبه وعليه يمكن تقديم جملة من التعريفات التالية:

1. يعد تعريف "تايلور" Taylor لمفهوم الثقافة من أكثر التعريفات شيوعا وكان له الأثر في إكتشاف هذا المفهوم حيث عرفها بـ: "الكل المركب الذي يتكون من المعرفة والمعتقدات والفن، الاخلاق، والقانون، والعادات والأعراف وكل القابليات التي يكتسبها الانسان بصفته عضوا في المجتمع."<sup>1</sup>

و ما يلاحظ من خلال تعريف تايلور أن مفهوم الثقافة يعبر عن حياة الفرد الاجتماعية بمجملها من مجموع المعارف والفنون والمعتقدات والأخلاق والقانون والعادات و التقاليد التي تتصف ببعدها الجماعي، وهي مكتسبة وليست وراثية، والثقافة الغذائية تعتبر من الأمور التي يكتسبها الفرد بصفته عضو في المجتمع التي ينتمي إليه ومن خلال تفاعله مع أفرادها ويتناقلها عن طريق التنشئة الاجتماعية.

2. ويعرفها ريديفيك Redifect بأنها هي: "مجموعة المفاهيم والمدرجات المصطلح عليها في المجتمع والتي تظهر في الفن والفكر والحرف والتي عن طريق دوامها خلال التقاليد تميز الجماعة."<sup>2</sup>

وما يلاحظ من خلال هذا التعريف أن الثقافة هي ما تعارف عليه أفراد المجتمع كالعادات الغذائية داخل المجتمع الواحد والتي من خلالها تميز أسرة عن أخرى أو مجموعة أسر عن أخرى داخل المجتمع الورقلي من خلال العادات والتقاليد.

3. تعرف الثقافة في علم الاجتماع بأنها: "البيئة التي أنشأها الانسان بما فيها المنتجات المادية وغير المادية التي تنتقل من جيل إلى آخر، فهي بذلك تتضمن الأنماط الظاهرية والباطنية للسلوك المكتسب عن طريق الرموز، والذي يتكون في مجتمع معين من علوم ومعتقدات وفنون وقيم، وقوانين وعادات، وغير ذلك."<sup>3</sup>

وعليه فالثقافة في علم الاجتماع هي منتج من عمل الإنسان في البيئة الاجتماعية المتوارث من جيل إلى جيل متضمنة الرموز والسلوكات والمعارف والقيم المكتسبة في المجتمع.

1 . 5 . 4 . الثقافة الغذائية Food culture

• اصطلاحا:

يمكن تعريف مصطلح التربية الغذائية قبل التطرق إلى مفهوم الثقافة الغذائية وذلك لأن هذا الأخير قليلة هي تعريفاته وبذلك فالتربية الغذائية هي ترجمة الحقائق الصحية في مجال التغذية إلى أنماط سلوكية على مستوى الفرد والمجتمع وذلك باستعمال الأساليب التربوية لتعليم الفرد كيفية حماية نفسه من أمراض سوء التغذية وتغيير العادات الخاطئة وتشجيع العادات الغذائية السليمة وكذلك تصحيح المفاهيم والعادات الغذائية المستحدثة.<sup>4</sup> ومنه يمكن تعريف الثقافة الغذائية بأنها:

1 - عامر مصباح، المدخل إلى علم الأنثروبولوجيا، دار الكتاب الحديث، بدون طبعة، القاهرة، 2009، ص92.  
2 - عدنان أبو مصلح، معجم علم الاجتماع، دار أسامة للنشر ودار المشرق الثقافي، ط1، عمان، 2000، ص158.  
3 - المرجع نفسه، نفس الصفحة.  
4 - عفاف حسين صبحي، التربية الغذائية والصحية، مجموعة النيل العربية، ص17.



ذلك النسيج المتشابك من المعلومات والسلوكيات والاتجاهات الموجبة المرتبطة بالغذاء والتغذية السليمة والتي يترجمها الفرد إلى أنماط سلوكية تدفعه إلى التفكير فيما يأكل واختيار الطعام متكامل العناصر الغذائية والمناسبة لاحتياجات جسمه ليحمي نفسه من أمراض سوء التغذية وتغيير العادات الخاطئة، وتصحيح المفاهيم والعادات الغذائية المستحدثة.<sup>1</sup> وعليه ما يلاحظ من خلال التعريفين السابقين أن الثقافة الغذائية هي كل ما يمكن للفرد أن يكتسبه من معلومات متعلقة بالغذاء والتغذية السليمة و التي قد يستعين بها لاختيار طعام مناسب لاحتياجات جسمه وذلك لحماية هذا الأخير من الأمراض والعمل على تغيير العادات الغذائية الخاطئة التي يمارسها الفرد وتصحيح العادات الغذائية الوافدة إليه والحديثة عليه.

### • اجرائيا:

وعليه فإن الثقافة الغذائية هي كل ما يمكن للفرد بمدينة ورقلة أن يكتسبه من معلومات وعادات متعلقة بالغذاء والتغذية السليمة المنتقلة اليه من خلال التنشئة الأسرية التي تلقاها والتي يستعين بها لاختيار طعام مناسب لجسمه من أجل حمايته من الأمراض مع العمل على تغيير العادات الغذائية الخاطئة التي يمارسها وتصحيح الوافدة إليه والحديثة عليه.

ومنه يتفرع مفهومين للثقافة الغذائية وهما الثقافة الغذائية السليمة والثقافة الغذائية الاستهلاكية وبالتالي يمكن تعريف كل من:

✓ **الثقافة الغذائية السليمة** بأنها: ثقافة غذائية تركز على الضروريات الغذائية وتعلم الفرد بمدينة ورقلة كيفية

اختيار الحاجات الضرورية من المواد الغذائية.

✓ **الثقافة الغذائية الاستهلاكية** بأنها: هي ثقافة غذائية تركز على الكماليات الشكلية وتعلم الفرد بمدينة ورقلة

الاسراف بنسبة كبيرة متجاوزا في ذلك الحاجات الضرورية إلى الحاجات الثانوية غير الضرورية في استهلاكه للمواد

الغذائية متأثرا بما يعرض عن طريق وسائل الاعلام.

### 1. 6 . الدراسات المشابهة:

**الدراسة الأولى:** رسالة ماجستير بعنوان **تأثير الوجبات السريعة على العادات الغذائية عند**

**الشباب بمدينة قسنطينة<sup>2</sup>**

دراسة مراد بلعدي وهي دراسة مقدمة لنيل شهادة الماجستير بجامعة منتوري كلية العلوم الاجتماعية والانسانية بقسنطينة، تخصص علم الاجتماع الحضري، السنة الجامعية 2008/2007، وكان الباحث يحاول الاجابة عن التساؤل الرئيسي التالي: كيف تؤثر الوجبات السريعة على العادات الغذائية عند الشباب بمدينة قسنطينة؟ وانطلاقا منه: ماهي مختلف الجوانب التي يظهر من خلالها هذا التأثير. **الفرضية العامة:** تؤثر الوجبات الغذائية على العادات الغذائية عند الشباب فتغيرها من عدة جوانب، ويندرج تحتها الفرضيات الجزئية التالية:

1 - زينب عاطف خالد وسعيد حامد يحي، **فعالية برنامج كمبيوتر في الثقافة الغذائية على التحصيل المعرفي وتنمية الوعي الغذائي والصحي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، ص8.**

2 - مراد بلعدي، **تأثير الوجبات السريعة على العادات الغذائية عند الشباب بمدينة قسنطينة، رسالة ماجستير، تخصص علم الاجتماع الحضري، جامعة منتوري بقسنطينة، 2008/2007، (مذكرة غير منشورة)، ص ص 15- 164.**

1. تغيير العادات الغذائية للشباب يحدث تحولات في علاقاته مع أفراد أسرته  
 - نقص اهتمام الشباب بالجلوس مع أفراد عائلته حول مائدة الطعام. -تزايد قلة الفترات التي يمضيها الشباب داخل البيت العائلي.
2. تغيير العادة الغذائية للشباب له نتائج مختلفة على صحته.  
 - ظاهرة السمنة التي تنتشر بكثرة. -انتشار أمراض خاصة منها التسمم الغذائي.
3. تغيير العادات الغذائية عند الشباب يحدث تغييرا في تسيير دخل الأسرة.  
 - اختلال الوجبات السريعة جانب مهم من دخل الأسرة. -الانفاق الكبير للشباب على محلات الوجبات السريعة.

ولقد استخدم الباحث المنهج الكيفي معتمدا على التحليل الفهمي حسب موريس أنجلس والأدوات المعتمدة في هذه الدراسة هي الملاحظة الوصفية والملاحظة بالمشاركة، والمقابلة نصف المقننة أو نصف الموجهة بالإضافة إلى اعتماده على الصور الفوتوغرافية والتقارير الاحصائية، وتوصل الباحث إلى النتائج التالية: وهي أن الوجبات السريعة تؤثر فعلا في العادات الغذائية عند الشباب وتغيرها من عدة جوانب وهي رغبة المرأة في التحرر أكثر من الأعمال المنزلية أو كسب أكبر وللوقت واتجاهها في الاعتماد على الوجبة السريعة كحل وكذلك إصرار الشباب على تناول الوجبات السريعة رغم التسممات الغذائية التي يتعرضون لها وكذلك الاحتلال المتزايد للوجبة السريعة في دخل الأسرة والاتجاه للتسيير الفردي لنفقات الفرد داخل الأسرة. وأن هذه الظاهرة سيكون لها تأثير أكبر وأوسع في المستقبل لما يكتسبه هذا النموذج من وسائل ومرونة في تخطي الثقافات الغذائية للمجتمعات. وقد تم الاستفادة من هذه الدراسة في النقاط التالية:

- 1- كانت بمثابة ارث نظري تمت الاستفادة منه في الدراسة الحالية من خلال التعرف على بعض الممارسات الغذائية الاستهلاكية في المجتمع الجزائري وهي الوجبات السريعة.
- 2- الاستعانة ببعض المراجع المستخدمة في هذه الدراسة.

## الدراسة الثانية: رسالة دكتراه بعنوان تأثيرات أنماط البيئة في تغيير العادات الاجتماعية

### الغذائية<sup>1</sup>

دراسة الطالب بن عمارة محمد وهي دراسة مقدمة لنيل شهادة دكتراه العلوم في علم اجتماع البيئة بجامعة محمد خيضر كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ببسكرة السنة الجامعية 2015/2014 والباحث في هذه الدراسة كان يسعى للإجابة عن التساؤل الرئيسي التالي: كيف تعمل أنماط البيئة الطبيعية والبيئة الاجتماعية في تغيير العادات الاجتماعية الغذائية؟ ويتفرع منه الأسئلة الفرعية التالية؟

1- بن عمارة محمد، تأثيرات أنماط البيئة في تغيير العادات الاجتماعية الغذائية، مذكرة دكتوراه، تخصص علم اجتماع البيئة، جامعة محمد خيضر، بسكرة، 2015/2014، ص ص 14 - 232.

1 . ماهي طبيعة البيئة الصحراوية وماهي أنواع الأغذية التي يتناولها المجتمع بوادي سوف؟ 2 . ماهي علاقة عناصر البيئة الصحراوية بالعادات الاجتماعية الغذائية في السابق؟ 3 . ماهو التغير والتغيير الذي حدث في عناصر البيئة بأنواعها المختلفة؟ 4 . وما هو التغيير الذي طرأ على العادات الاجتماعية الغذائية وعلاقة ذلك بأنماط البيئة؟ وقد انطلق الباحث من فرضية مفادها: ان العادات الغذائية بوادي سوف ظلت على علاقة وطيدة بالبيئة الطبيعية الداخلية وبمرور الزمن تغيرت تبعاً لتغيرات بعض عناصر البيئة الداخلية والخارجية.

ولقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي والمنهج الأنثروبولوجي وكذلك منهج تحليل المضمون وجمع البيانات استخدم الأدوات التالية: الملاحظة، المقابلة، المخبرون والاستبيان وقد توصل الباحث إلى نتيجة مفادها أن العادات الاجتماعية الغذائية بوادي سوف كانت سابقا على علاقة وطيدة بالبيئة المحلية وبمرور الوقت وانتشار التنمية الاجتماعية والاقتصادية تغيرت هذه العادات بسبب جملة من التغيرات التي حدثت في البيئة الداخلية كما تعتمد النظرية التطورية في عملية التغير الثقافي، وبسبب الانتشار من البيئات الخارجية كما تفسر ذلك نظرية الانتشار في عملية التغير الثقافي، ولقد تم الاستفادة من هذه الدراسة في النقاط التالية:

- 1 - تم الاستفادة منها نظريا وذلك بالتعرف على الأغذية التي يتناولها سكان وادي سوف ومدى تأثير البيئة ذات الطابع الصحراوي عليها، خاصة وأن تطبيق الدراسة الحالية من نفس هذا الطابع.
- 2 - الاستعانة ببعض المراجع المستخدمة في هذه الدراسة.
- 3 - الاستفادة منها في بناء وصياغة بعض بنود استمارة الإستبيان.

### الدراسة الثالثة: رسالة دكتوراه بعنوان العوامل الاجتماعية والثقافية وعلاقتها بتغير اتجاه

#### **سلوك المستهلك الجزائري<sup>1</sup>**

دراسة الطالب لونيس علي وهي دراسة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه بجامعة منتوري كلية العلوم الانسانية والاجتماعية بقسنطينة، تخصص علم النفس عمل وتنظيم، السنة الجامعية 2007/2006، وأراد الباحث الإجابة عن التساؤلات التالية: هل للعوامل الثقافية والاجتماعية علاقة بتغيير اتجاه سلوك المستهلك الجزائري نحو السلع والخدمات؟ ما مدى تأثير العوامل الاجتماعية والثقافية في تغيير اتجاه السلوك الاستهلاكي بالنسبة لكل من المرأة والرجل؟ ما علاقة المستوى التعليمي بالعوامل الثقافية والاجتماعية في تغيير اتجاه السلوك الاستهلاكي؟ و هل هناك علاقة موجودة بين المستوى السوسيو -اقتصادي وبين العوامل الاجتماعية والثقافية و تغيير اتجاه سلوك المستهلك الجزائري؟ ومنه الفرضية العامة:

للعوامل الاجتماعية والثقافية علاقة ذات دلالة إحصائية بتغيير اتجاه سلوك المستهلك الجزائري. ويندرج تحتها الفرضيات الجزئية التالية:

- 1 - للعوامل الاجتماعية علاقة ذات دلالة إحصائية بتغيير اتجاه المستهلك الجزائري حسب متغير الجنس.

1 - لونيس بلعدي، العوامل الاجتماعية والثقافية وعلاقتها بتغير اتجاه سلوك المستهلك الجزائري، رسالة دكتوراه، جامعة منتوري، 2007/2006، ص ص 06-287.

- 2 - للعوامل الاجتماعية علاقة ذات دلالة إحصائية بتغير اتجاه المستهلك الجزائري حسب متغير المستوى التعليمي.
- 3 - للعوامل الاجتماعية علاقة ذات دلالة إحصائية بتغير اتجاه المستهلك الجزائري حسب متغير السوسيو -اقتصادي.
- 4 - للعوامل الثقافية علاقة ذات دلالة إحصائية بتغير اتجاه المستهلك الجزائري حسب متغير الجنس.
- 5 - للعوامل الثقافية علاقة ذات دلالة إحصائية بتغير اتجاه المستهلك الجزائري حسب متغير المستوى التعليمي.
- 6 - للعوامل الثقافية علاقة ذات دلالة إحصائية بتغير اتجاه المستهلك الجزائري حسب المستوى السوسيو اقتصادي.

ولقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي ولقد تم الاعتماد على أداتين في هذه الدراسة وهما الاستبيان والمقابلة، وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية:

1- أن هناك علاقة هامة بين العوامل الاجتماعية و تغيير اتجاه سلوك المستهلك الجزائري حسب متغير الجنس في شراء السلع وطلب الخدمات، ومعنى آخر، نجد أن مختلف القرارات الشرائية تعتمد في أساسها على الخلفية الاجتماعية ( العادات، التقاليد، الأصدقاء، الأسرة ) للفرد المستهلك من خلال الدور الذي تلعبه التقاليد و العادات الاجتماعية الموجودة في المحيط الذي يتواجد فيه الفرد المستهلك، كما نجد كذلك أن اتجاه السلوك الاستهلاكي للفرد غالبا ما يكون وفق المعايير الثقافية الموجودة في المحيط الذي يتواجد فيه ذلك ان هذه المعايير تكون بمثابة القاعدة او الأساس المنطقي الذي تخضع إليه مختلف القرارات الشرائية المتعلقة بشراء السلع أو طلب الخدمات.

2 - أن هناك علاقة بين تغير اتجاه سلوك المستهلك حسب متغير المستوى التعليمي، رغم تعدد المستويات التعليمية، فإن الأمر يبقى مطروحا، بحيث أن تغير اتجاه السلوك الاستهلاكي يخضع لتأثير مجموعة العوامل الاجتماعية و التي تتمثل أساسا في تقاليد الأسر و أعرافها، فهذه الأخيرة تلعب دورا بارزا في القرارات الشرائية، زيادة على أن للوسط الاجتماعي علاقة واضحة في سيورة تغير أو ثبات اتجاه السلوك الاستهلاكي للفرد، وعليه فإن اتجاه سلوك المستهلك الجزائري يتغير من مستوى إلى آخر، و هذا حسب استجابات الأفراد أخذا بعين الاعتبار لمتغير مستواهم التعليمي (عالي، ثانوي، أساسي).

3 - وجود علاقة بين العوامل الاجتماعية وبين مختلف مستوياتهم السوسيو اقتصادية والتي تعمل على تغيير مسار اتجاه هذا السلوك الاستهلاكي، حيث ان هناك من المستهلكين من يلجأ إلى اقتناء سلعا أو طلب خدمات هم في الأصل غير قادرين على شرائها من الناحية الواقعية سواء تعلق الامر بمدخلهم أو بانتمائهم الحقيقي وانما يلجئون إلى ذلك السلوك تحت تأثير مجموع العوامل الاجتماعية على أن يبقون دائما في نظر الآخرين على أنهم ينتمون إلى طبقة اجتماعية مميزة ولو على حساب جوانب عديدة.

4 - هناك علاقة مهمة و دالة تربط بين المتغيرات الثقافية ( اللغة، الانتماء الثقافي، تعدد الثقافات، المعايير الثقافية. ) و بناء القرارات الشرائية بالنسبة لمختلف السلع و الخدمات التي يريد هذا الفرد المستهلك طلبها، فالبينة الثقافية و ما تحتويه من عوامل ثقافية متعددة تؤثر سواء مباشرة أو بشكل غير مباشر في صياغة تلك القرارات الشرائية التي يبنيناها المستهلك بناء على تصوراته من جهة وعلى حاجاته و رغباته و إصراره على تحقيق إشباعها من جهة أخرى، ولهذا العوامل بغض النظر عن طبيعة الجنس علاقة وتأثير واضح على تغير اتجاه سلوك المستهلك الجزائري لمختلف السلع والخدمات التي يطلبها، وهذا يعني أن بعض المستهلكين

وتحت تأثير تلك العوامل قد يستهلك مثلاً سلعا ويطلب خدمات عندما يكون في منطقة غير التي يسكنها، ربما لا يستهلكها عندما يكون في المنطقة الأصلية التي يسكنها.

5 - أن للعوامل الثقافية علاقة بتغير اتجاه سلوك المستهلك الجزائري بالنسبة لمختلف السلع والخدمات وهذا أخذاً بعين الاعتبار المستوى التعليمي لأفراد العينة المدروسة (عالي، ثانوي، أساسي) وذلك لدورها الأساسي في بلورة نظرة المستهلك لترسيم إطاره ونمطه الاستهلاكي الخاص به في ضوء مختلف السلع المعروضة أمامه ليصل في الأخير إلى تحقيق إشباع حاجاته ورغباته.

6 - بغض النظر عن تعدد المستويات السوسيو-اقتصادية السالفة الذكر لأفراد العينة، فإن هناك إجماع على وجود علاقة بين العوامل الثقافية وتغير سلوك المستهلك الجزائري بالنسبة لمختلف السلع يعني هذا أنه قد يكون هناك مستهلك ينتمي إلى مستوى سوسيو-اقتصادي ضعيف مثلاً و نجده يستهلك سلعا أو يطلب خدمات هو في الأصل غير قادر عليها بحكم عوامل عديدة كالدخل، السعر... الخ. و لكنه يلجأ إلى هذا السلوك ليعين للآخرين على أنه ينتمي إلى طبقة مثقفة خاصة و يسعى دوماً إلى اعتماد و تعمد سلوكات ليبقى محافظاً على هذا الانتماء و لعل هذا ما يجعل هذا المستهلك في صراع دائم بين مدخوله و أسعار تلك السلع.

وتم الاستفادة من هذه الدراسة في النقاط التالية:

- 1 - تمت الاستعانة بها في تحديد بعض مفاهيم الدراسة والاستفادة من المراجع المعتمدة فيها وكيفيات توظيفها في الدراسة الحالية.
- 2 - الاستفادة منها في صياغة بعض بنود الاستبيان.
- 3 - كما ساعدت الدراسة الحالية في تحديد بعض أفكار فقرات الاشكالية وترتيب صياغتها.

## 1. 7. المدخل النظري:

### نظرية مجتمع الاستهلاك:

#### ❖ التعريف بصاحب النظرية:

تيودور أدورنو **Theodor Adorno**: فيلسوف ألماني ولد أدورنو في فرانكفورت لأب يهودي وأم إيطالية كاثوليكية. في 11 سبتمبر 1903، بروسيا الإمبراطورية الألمانية وتوفي في 6 أغسطس 1969، رائد من رواد مدرسة فرانكفورت الشهيرة (معهد العلوم الاجتماعية) ويعد من أصحاب النظرية النقدية، وقد اشتهر بدراسته للفن و علم الموسيقى والمجتمع الرأسمالي و أعماله تشترك مع أعمال مفكرين آخرين مثل فرويد وماكس وهيجل الذين تعتبر أعمالهم أساسية لنقد المجتمع الحديث، و يعتبر أدورنو من أبرز مفكري القرن العشرين في الفلسفة و علم الجمال، بالإضافة إلى كونه من أبرز كتاب المقالات. ناقده لكل من الفاشية وما يطلق عليه اسم **culture industry** و كتبه المختلفة أثرت تأثيراً قوياً على اليسار الأوروبي الجديد. هاجر إلى إنكلترا في سنة 1934 ثم إلى الولايات المتحدة الأمريكية في سنة 1938 بعد صعود الحزب النازي إلى سدة الحكم في ألمانيا، وعاد إلى فرانكفورت في سنة 1949 ودرّس في جامعتها.

ألف عدة كتب منها كتاب جدل التنوير (1947)، بالاشتراك مع ماكس هوركهايمر، الأخلاقيات الدنيا (1951) والجدلية السلبية (1966).<sup>1</sup>

### ❖ محتوى النظرية:

تنتمي هذه النظرية الى النظريات النقدية في علم الاجتماع والتي تمثلها مدرسة فرانكفورت تعد ظاهرة "الوعي الغائب" أو ما يسمى "بالاستلاب الفكري" هي نقطة البدء في معظم الاتجاهات النقدية الحديثة، كما أنها كانت محور تحليل الحركات الراديكالية التي انتشرت في المجتمع الرأسمالي الغربي، تلك الحركات التي لعب فيها رواد الفكر النقدي - أمثال هيربرت ماركيز، أريك فروم وغيرهم - أدورًا مهمّة على مستوى التنظير والأيدولوجيا، وربما من هذا المنطلق استطاعت الحركات الراديكالية - على مستوى الممارسة السياسية - الانتشار في المجتمع الأوروبي الغربي كنتاج للدعم الفكري و الأيدولوجي الذي قدمه رجال الفكر السوسيولوجي لهذه الحركات.

وكان من أهم تلك الحركات النقدية ما يعرف بمدرسة فرانكفورت الألمانية، وعلى الرغم من دور شخصيات بارزة كثيرة في تلك المدرسة النقدية مثل: "فيدريك بولوك"، "ليوفتال"، "كارل أوجست قيتفوجل"، إلا أن أعمال كل من "جان بودريار"، "هوركهايمر" و "ماركيوز" و "تيودور أدورنو" هي التي تشكل جوهرها أساس الأطروحات النظرية لمدرسة فرانكفورت،<sup>2</sup> فالنظرية النقدية ركزت على أدوات ووسائل السيطرة العقلية الذهنية كمنفذ لنجاح في الرأسمالية.

وتعد نشأة ثقافة الاعلام نظام آخر من الأدوات الخاصة بالهيمنة والسيطرة العقلية التي تم تحديدها من قبل مفكري مدرسة فرانكفورت والتي منها الموسيقى الشعبية والسينما والراديو وقد ابتعد المنظرون النقديون عن كل وسائل الترفيه الشعبية والعامّة باعتبارها غير انسانية وعديمة القيمة، كما أن رواد مدرسة فرانكفورت قد اقتنعوا بالفن ووظيفته الواضحة في جعل الحقيقة الواقعية تافهة وعلى رأسهم تيودور أدورنو.<sup>3</sup>

فالانسان أصبح مهددا بل خاضعا لما أسماه "جورج لوكاتش" في كتابه بعنوان "التاريخ والوعي الطبقي" بالتشيؤ وهذا ما أشار إليه هوركهايمر وأدورنو بقولهما: "فمع تشيؤ العقل تصبح العلاقات بين الناس وعلاقة الانسان بذاته بمثابة علاقات مسعورة، وهكذا نجح العقل الأداتي في تشيؤ الانسان واستخدامه من قبل المؤسسات الاقتصادية والسياسية وأجهزتها الأيدولوجية القائمة على تكريس الهيمنة وذلك ما حدث للمجتمعات الغربية التي عرفت تقدما علميا وتقنيا وحققت قفزات جد معتبرة في عمليتي التحديث والعقلنة، لكنها وقعت فريسة النازية والفاشية التي وصلت إلى قمة طغيانها، وهذا يعني أن العقلانية تحولت إلى لاعقلانية.<sup>4</sup>

<sup>1</sup> - [www.wikipedia.com](http://www.wikipedia.com) تم الدخول إلى الموقع بتاريخ 2018/01/23 على الساعة 14:30 مساء.

<sup>2</sup> - شريف محمد عوض، مقال بعنوان صناعة الثقافة في عصر العولمة وأثرها في تغيير ملامح الهوية الثقافية، المجلد الثاني، العدد 1، جامعة القاهرة، يناير 2013 ص111.

<sup>3</sup> - فيليب جونز، ترجمة محمد ياسر خواجه، النظريات الاجتماعية والممارسات البحثية، مصر العربية للنشر والتوزيع، ط1، القاهرة، 2010، ص118-120.

<sup>4</sup> - كمال بومنيير، النظرية النقدية لمدرسة فرانكفورت من ماكس هوركهايمر إلى أكسل هونيث، الدار العربية للعلوم ناشرون، ط1، بيروت، 2010. ص11 - 15.

فلم يعد هناك تفرقة بين الأفراد، على أساس الجنس أو موقعهم من عملية الانتاج، ونتيجة لهذا اختفى الطابع الفردي الذي يميز خصوصية الانسان، وأصبح الكل مجبر على تبني ثقافة السلع فالأفراد في حياتهم يتبعون القيم الثقافية السائدة، والتي لا يمكن انتاج الحياة إلا من خلالها فينظر للإنسان كسلعة واحتياجاته هي كسلع أيضا، وتقوم أجهزة الاتصال في المجتمعات المعاصرة بانتاج برامج ثقافية هي في حد ذاتها سلع لتلبية حاجات الفرد.<sup>1</sup>

وقد أكملت دراسات أدورنو عن الإذاعة والتلفزيون التي أوضحت التأثير الأيديولوجي لما يَعتَبَره معظم الناس مجرد أشكال للترفيه عمله عن الميول السلطوية والامتنالية للمجتمع الحديث.<sup>2</sup>

وقد صاغ أدورنو مصطلح صناعة الثقافة ليحل محل الثقافة الجماهيرية، مؤكداً على أن صناعة الثقافة هي علامة واضحة على إفلاس الثقافة، أي سقوطها في السلعة" فالتسليع يعني تحويل الفعل الثقافي إلى قيمة تبادلية، يقضي على قوته النقدية، ويجرمه من أن يكون أثراً لتجربة إنسانية أصيلة، ومن ثم تصبح صناعة الثقافة هي العلامة الفاصلة على تراجع الدور الفلسفي الوجودي للثقافة.

وهكذا فقد كان أدورنو الأشد نقداً وتشاؤماً من ناحية المصير المساوي الذي أصاب الثقافة جراء انتشار النمط الاقتصادي الاستهلاكي وتسيده، إذ باتت المنتجات الثقافية سلعة موجودة في التداول مثلها مثل أي سلعة أخرى، وقد عبر عن ذلك بدقة شديدة بقوله: إن الثقافة لم تعد سلعةً أيضاً، بل سلعة تماماً"، ولهذا أبرز معه إلى الوجود مصطلح "صناعة الثقافة" الذي يختصر تماماً الطابع السلعي للثقافة في السوق الرأسمالي، ومن أهم سماته بَدْرُ قيم التشابه والتماثل بين الأفراد، وفي ذات الوقت خلق وهم الفردانية الزائف، وتصبح استجابة المتلقي للمنتج الثقافي محصورة في إطار توصل ما هو شائع ومألوف مبتعداً بأقصى ما يستطيع عن كل ما يميز الفن "المستقل" من ثورية ومغايرة للقيم السائدة.

كما يعد أدورنو واحداً من الذين اهتموا بالتغيير الثقافي، في ظل المجتمعات الرأسمالية، مستخدماً في ذلك مفهوم صناعة الثقافة، وكذلك مفهوم إعادة الإنتاج الثقافي ليوضح الدور الذي تلعبه الممارسات والنظم الثقافية المختلفة، في تأمين السيادة الاقتصادية، والسياسية للرأسمالية الحديثة، فمن خلال عمليات صناعة الثقافة تسيطر قيم إعادة الإنتاج في المجتمعات الرأسمالية على المنتجات الثقافية، ولا يقتصر الأمر هنا على السيطرة فحسب، بل يمتد ليشمل عمليات تغيير وتحويل المنتجات الثقافية وإعادة تنظيمها من جديد كي تتلاءم مع القيم النفعية للسوق، والجدير بالذكر هنا ملاحظة حرص أدورنو على تحويل أعماله النقدية إلى مصادر معرفية يقابل بها الثقافة المصنعة، التي لا تشبع في الحقيقة حاجات المستهلكين، وإنما تدفعهم إلى الاندماج في النسق الاجتماعي العام، الذي يرتبط بالثقافة السائدة، والتي تتجدد باستمرار وتندمج بالنسق العام، بحيث لا تترك لعفوية الجماهير أي أثر يذكر، وتجعلهم يتحركون في فضاء لا يستطيعون فيه تحقيق استقلاليتهم، كما أن الثقافة الجماهيرية التي تطورت بصورة عفوية هي مشكلة بذاتها، لأن الجماهير في الواقع ليسوا أفراد مستقلين، وإنما أفراد مدفوعين بتبعيتهم الاقتصادية وبشروط العمل السائدة في المجتمعات الاستهلاكية إلى الركض وراء التيار الجارف، مثلما يحدث مع موسيقى التسليية المخادعة.<sup>3</sup>

1 - رمضان بسطويبي، علم الجمال لدى مدرسة فرانكفورت أدورنو نموذجاً، مطبوعات نصوص 90، القاهرة، 1993، ص80.

2 - فريديريك ايريك برونر، ترجمة سارة عادل، النظرية النقدية مقدمة قصيرة جداً، مؤسسة هندواي للتعليم والثقافة، ط1، 2016، ص24.

3 - شريف محمد عوض، مرجع سبق ذكره، ص112 - 113.



حيث يعرف أدورنو (1903 - 1969) الفن بصفته انعقاداً من الممارسات اليومية ووسيلة للتحرر، وطريقاً للخلاص يكاد يكون متفرداً من طريق نموذج يحدد العلاقة الحسية بين الإنسان والعالم. فالفن الأصيل له وظيفة نقد ثورية، لأنه يحمل إمكان هدم ما هو قائم وإعادة إنتاج الوعي الاجتماعي، ومنحه طاقة رفض يتجاوز بها المجتمع الاستهلاكي وثقافته المصنعة، فهو يرفض الأعمال الفنية الحديثة، لأنها متطرفة وتعكس التشيؤ في الوجود، وتعبر عن الصقوة، وتنتج عن قمع تسلطي كما في الأعمال الموسيقية الحديثة التي تساهم في تفتيت وحدة الإنسان.<sup>1</sup>

### ❖ الإسقاط النظري:

من خلال السلع والمنتجات الغذائية التي تعرضها وسائل الاعلام والاتصال وخاصة التلفزيون عن طريق الاشهار تعمل على تحديد ما يتم اختياره من مقتنيات غذائية وتأثر تأثيراً كبيراً على ما تستهلكه الأسرة الورقالية لأبنائها. رغم التقدم الفني والتكنولوجي الحاصل في المجتمع الجزائري إلا أن الأسرة بمدينة ورقلة أصبحت تعيش تناقض بين هذا الكم الهائل للوسائل التكنولوجية وبين الواقع الاجتماعي، وعليه فالأسرة الورقالية تتصارع وتقف حائرة ما الذي تقدمه لأبنائها لاستهلاكه كوجبات غذائية بين المعروض من منتجات غذائية صناعية والتي تعد غير صحية وبين رغبة الأبناء في اقتنائها وتجربتها وذلك لكونها عرضت على الاشهار والكل يتناولها.

حيث تصبح خيارات الفرد هنا مبنية على المغريات التي تعرضها وسائل الاعلام والاتصال بحيث أن تلك المؤسسات سلبت حرية الفرد وجعلته يدخل ضمن إطار ما يعرف بتفرد الزائف في مأكله إلا أنها في نفس الوقت تبث فيه قيم التماثل، بحيث أن الجميع يصبحون يتشاركون في استهلاكهم لهذه المنتجات الغذائية رغم معرفة أغلبيتهم بمضارها. وكذلك قد تستعين وسائل الاعلام لترويج منتجاتها برموز كالمشاهير لاجب كرة قدم أو مغني وهو يستخدم هذا المنتج لجذب الجماهير وتصريف منتجاتها.

### ❖ مفاهيم النظرية:

- 1 - صناعة الثقافة.
- 2 - السلعة.
- 3 - المجتمع الاستهلاكي.

تم في هذا الفصل تقديم صورة أولية عن موضوع الدراسة الحالية، من خلال التعرض بنوع من التفسير لكل خطوة تم التطرق إليها، فقد عرضت الإشكالية ظاهرة الثقافة الغذائية في الأسرة الجزائرية مركزة على سؤال رئيسي يبحث عن نوع الثقافة الغذائية الممارسة في الأسرة بمدينة ورقلة إنطلاقاً من وضع أهم المفاهيم و التعرج إلى الدراسات المشابهة إلى جانب المدخل النظري، فهذا الفصل وضح الدور الذي تلعبه هذه الخطوات في تدعيم الدراسة الحالية في تفسير و تحليل و مقارنة نتائج هذه الدراسة مع الدراسات السابقة فالخطوات السابقة الذكر تعطي للباحث نظرة حول الظاهرة لينطلق بها نحو العمل الميداني للدراسة.

1 - المرجع نفسه، ص113.

## الفصل الثاني: الاجراءات المنهجية للدراسة

1.2. منهج الدراسة

2.2. مجالات الدراسة

3.2. مجتمع وعينة الدراسة

4.2. أدوات جمع البيانات

5.2. الأساليب الاحصائية

خصص هذا الفصل للإجراءات المنهجية الخاصة بالدراسة، والذي يحتوي تحديد المنهج الملائم و المجالات الثلاث التي في حدودها تسير الدراسة متخذة مجراها المنهجي، ليطم أثناءها تحديد الأدوات المناسبة، والعينة الممثلة لهذه الدراسة، فإن الباحثة ستتطرق بنوع من التفصيل والإيضاح لهذه الإجراءات لاعتبار هذا الفصل همزة وصل بين الفصل الأول والأخير.

## 1 - منهج الدراسة:

1 - 1) . **المنهج:** يعرف المنهج بأنه عبارة عن مجموعة العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه.<sup>1</sup> ويعرفه بارسونز بأنه أساليب معروفة تستخدم في عملية المعرفة الخاصة بموضوع معين.<sup>2</sup>

## 1 - 2) . **المنهج الوصفي:**

هو أسلوب من أساليب التحليل المرتكز على معلومات كافية ودقيقة عن ظاهرة أو موضوع محدد من خلال فترة أو فترات زمنية معلومة وذلك من أجل الحصول على نتائج عملية ثم تفسيرها بطريقة موضوعية وبما ينسجم مع المعطيات الفعلية للظاهرة.<sup>3</sup> ويعتبر هذا المنهج أكثر مناهج البحث ملائمة للواقع الاجتماعي كسبيل لفهم ظواهره واستخلاص سماته. وعليه اخترنا هذا المنهج لأنه الأنسب لهذه الدراسة بحيث يقوم بوصف الظاهرة محل الدراسة وهي الثقافة الغذائية في الأسرة الورقيلية ويساعد الباحث في وضع صورة دقيقة لها، وذلك بجمع المعلومات والبيانات حولها من خلال الملاحظة وتقرير حالتها كما هي عليه في الواقع، وبعد ذلك تصنيف وتحليل وتفسير هذه البيانات وصولاً إلى النتائج المرجوة.

ففي هذا النوع من الدراسات يهتم الباحث بالتعرف على طبيعة ممارسة الوالدين في تنشئة أبنائهم وتحليلها والكشف إذا كانت الثقافة الغذائية سليمة أم ثقافة غذائية استهلاكية.

"ويتم استخدام هذا المنهج من زاويتين الزاوية الأولى تتمثل في تحديد الظاهرة تحديداً كيفياً، وذلك بوصفها من خلال جمع البيانات وتحديد خصائصها، أما الزاوية الثانية فتتمثل في تحديد الظاهرة موضوع الدراسة تحديداً كمياً وذلك بالاستعانة بالجدول الإحصائية".<sup>4</sup>

## 2 . 2) . **مجالات الدراسة:**

### 2 . 2 . 1) . **المجال المكاني:**

تمت هذه الدراسة في مدينة ورقلة وبالتحديد في منطقة حي النصر ويعتبر هذا الحي من الأحياء الجديدة بمدينة ورقلة، فهو حي مختلطاً ثقافياً أي توجد به أسر بثقافات مختلفة يسهل اللجوء إلى هذه الأسر عن طريق إجراء مقابلة مع تلاميذ السنة الخامسة بابتدائية 19 مارس 1962 و ابتدائية شنين مرجان.

1- رشيد زرواتي، منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية (أسس علمية وتدريبية)، دار الكتاب الحديث، بدون طبعة، الجزائر، 2004، ص104.

2- محمد محمود القاسم، المدخل في العلوم الاجتماعية، دار النهضة العربية، بيروت، 1999، ص52.

3 - محمد عبيدات وآخرون، منهجية البحث العلمي القواعد والمراحل والتطبيقات، دار وائل للطباعة والنشر، ط2، 1999، ص46.

4- بلقاسم سلاطونية وحسان الجيلاني، المناهج الأساسية في البحوث الاجتماعية، دار الفجر، ط1، مصر، 2012، ص142.

أولاً: ابتدائية شنين مرجان بحي النصر:

• نبذة تاريخية عن المؤسسة:

تأسست المدرسة سنة 2003 وفتحت أبوابها في نفس السنة باسم "المجاهد شنين مرجان" ولد شنين مرجان بن حفص بورقلة سنة 1924 وأثناء تواجده بالجيش الفرنسي هرب الأسلحة في الثورة التحريرية عبر الجنوب الجزائري فوق الجمال ولما اكتشف أمره فر ليلاً من مدينة رمادة بالجنوب التونسي واستقر بضواحي تونس العاصمة أين واصل دعمه للثورة مما جعل الجيش الاستعماري يستمر في مطاردته فدخل إلى الشرق الجزائري وشارك في عدة عمليات عسكرية بنواحي تبسة. وبعد الاستقلال عادة إلى مسقط رأسه واشتغل بالمهن الحرة وبقي بتفان وإخلاص عن الثوابت الوطنية إلى أن وافاه الأجل يوم 23 أبريل 2003. ترتبع المدرسة على مساحة قدرها 28150م منها 2222م، كان عدد التلاميذ حوالي 240 تلميذ موزعين على 06 أقسام يؤطّره 06 معلمين للغة العربية 01 للغة الفرنسية.

مرافقها العامة تتكون من مكتب المدير ومكتب الأمانة و 12 قاعة للتدريس و 05 في الطابق الأرضي و 07 في الطابق العلوي، كما تحتوي مكتبة بها مجموعة من الكتب وموسوعات وبحوث تلاميذ وبعض المجلات.. بالإضافة إلى ساحة كبيرة وملعب لممارسة النشاطات الرياضية.

المطعم المدرسي متوفر فيها حيث كان يقدم وجبات ساخنة في السنوات الأولى من الافتتاح أما في الوقت الحالي ومع توسع العمران في المنطقة أصبحت المؤسسة تستوعب 900 على الأقل موزعين على 22 فوجاً تربوياً يؤطّره طاقم تربوي كفاء منهم 22 أستاذاً للغة العربية بينهم 04 للفرنسية، إضافة إلى عدد من الكاتبات وعاملات المطعم ومنظفات وحراس للفترتين الليلية والنهارية.<sup>1</sup>

ثانياً: ابتدائية 19 مارس 1962 بحي النصر:

• نبذة تاريخية عن المؤسسة:

أنشئت هذه المدرسة سنة 2001 وسميت باسم 19 مارس 1962 بحي النصر ورقلة، نوع المنطقة حضرية، تقدر المساحة الكلية للمؤسسة بـ28536,00م، وقدرت المساحة المبنية بـ21570,00م، عدد حجرات الدراسة قدرت بـ15 حجرة، المطعم المدرسي غير موجود، عدد الأفواج التربوية 18 حجرة، عدد التلاميذ 655 تلميذ، وعدد المدرسين 23 مدرس، وعمال الإدارة 03 عاملين، ونظام العمل بالمؤسسة هو نظام الدوامين الجزئي.<sup>2</sup>

1 - مقابلة مع مدير ابتدائية شنين مرجان.  
2 - مقابلة مع مديرة ابتدائية 19 مارس 1962.

### 2. 2. 2 . المجال البشري:

باعتبار أن مجتمع البحث هو جميع عناصر ومفردات المشكلة أو الظاهرة قيد الدراسة.<sup>1</sup> فإن مجتمع البحث في هذه الدراسة يتمثل في مجموع الأسر بحجى النصر ويتم الوصول إليهم عن طريق تلاميذ سنة خامسة ابتدائي بابتدائية شنين مرجان وابتدائية 19 مارس 1962 بحجى النصر.

### 2. 2. 3 . المجال الزماني:

أجريت هذه الدراسة في الموسم الجامعي 2018/2017 حيث انطلقت الدراسة النظرية من بداية شهر نوفمبر 2017 حتى نهاية شهر جانفي 2018 حيث قامت الباحثة بوضع الإشكالية وأسباب وأهداف وأهمية الموضوع مع تحديد أهم مفاهيم الدراسة وأما في شهر فيفري تم بناء الاستمارة أما فيما يخص الدراسة الميدانية فانطلقت يوم 01 أبريل 2018 ومرت عبر المراحل التالية:

#### المرحلة الأولى: الدراسة الاستطلاعية

تم بناء الاستمارة في شهر فيفري 2018 والتصحيح النهائي لها كان في 19 مارس 2018. حيث قامت الباحثة بالاتصال بالجانب الميداني وذلك بالتحدث مع مدير ابتدائية شنين مرجان بحجى النصر ومديرة ابتدائية 19 مارس 1962 لأخذ الإذن للقيام بالدراسة الميدانية بمؤسستهما وكلاهما قبل بذلك ورحبا بالطالبة وكان ذلك يوم الأحد 01 أبريل 2018 وتم توزيع مجموعة من الاستمارات بالاتصال بمعلمات الأقسام سنة خامسة ابتدائي لاعطاء التلاميذ الاستمارات مع تأكيد على المعلمات أن يجمعن الاستمارات من التلاميذ والتي قدرت ب 15 إستمارة تجريبية لمعرفة إذا كانت الأسر لم تتمكن من فهم الأسئلة ومن خلال الاستمارات اتضح بأن الأسر الموزعة عليهم الاستمارات لم يستطيعوا فهم أسرة نووية وأسرة ممتدة، وبالتالي تم توضيحها ب أسرة نووية (أب وأم وأولاد فقط) وأسرة ممتدة (أب وأم وأولاد وجد أو جدة وعم أو عمة).

#### المرحلة الثانية: توزيع وتفرغ وتحليل الاستمارات والوصول إلى النتائج

تم التوزيع الفعلي للاستمارات النهائية بعد تعديلها بتاريخ 04 أبريل 2018 حيث تم الاتصال بالمعلمات للسماح للباحثة للقيام بالمقابلة مع التلاميذ وكانت بعض المقابلات أثناء الحصة في حالة انهاء المعلمات للدرس، والبعض من المقابلات كانت بعد خروج التلاميذ من الحصة، حيث تم إجراء عدد من المقابلات مع التلاميذ في اليوم الواحد، تستغرق مدة المقابلة مع التلميذ الواحد من 7 إلى 10 دقائق وقد تصل حتى إلى 15 دقيقة، ولقد وجدت الباحثة تجاوبا مع الإناث أكثر من الذكور مع العلم أنه تم أخذ مقابلة مع الإناث أكثر في حالة وجود الإناث أكثر والعكس في حالة وجود عدد من الذكور أكثر تم إجراء مقابلة مع الذكور، وكان سير إجراء المقابلات وتوزيع الاستمارات جيد، وتم استرجاع الاستمارات من بعض المعلمات أحيانا وأحيانا أخرى من إدارة المدرسة (المدير أو المديرة أو السكريتيرة) مع التأكيد أن الباحثة وزعت 135 استمارة ولم تسترجع 26 استمارة، حيث تم حذف التي تحتوي اجابات ناقصة، وبعد الجمع الكلي للاستمارات تم البدء بتفرغ وتحليل الاستمارات للوصول إلى النتائج والذي كان ذلك من منتصف شهر أبريل حتى منتصف شهر جوان.

1 - مصطفى عليان ربحي وعثمان محمد غنيم، مناهج وأساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2000، ص37.

## 2. 3. مجتمع وعينة الدراسة :

يعتبر مجتمع البحث حسب تعريف "كريستوف غوربيرو" هو مجموعة من الوحدات الأساسية التي يجري عليها التحليل.<sup>1</sup> ويتمثل مجتمع البحث في هذه الدراسة كما تم ذكره سابقاً في مجموع الأسر بحجى النصر ونظراً لأن معظم الأسر هي أسر نووية وكلا الوالدين يعملان ولضيق الوقت يتعذر الوصول إليهم وعليه تم اللجوء إلى تلاميذ سنة خامسة ابتدائي بابتدائية شنين مرجان وابتدائية 19 مارس 1962 بجميع الأقسام لايصال الاستمارات للأسر، والذي قدر عددهم بـ 252 تلميذ، وهنا سيتم أخذ عينة من هذا المجتمع والتي يمكن تعريفها بأنها: "تلك المجموعة من العناصر أو الوحدات التي يتم استخراجها من مجتمع البحث ويجري عليها الاختبار أو التحقق"،<sup>2</sup> حيث قدرت العينة المسحوبة من كل طبقة من مجتمع البحث بـ 40%، وبالتالي يصبح حجم العينة في هذه الدراسة 100 تلميذ وعليه تصبح هناك 100 أسرة بحجى النصر للتعرف لديها على نوع الثقافة الغذائية الممارسة. وبناء على ذلك فإن الباحثة في هذه الدراسة لجأت إلى "العينة المنتظمة" حيث يتم اختيار هذا النوع من العينة في حالة تجانس المجتمع الأصلي، والتنظيم هنا يعني أن الاختيار يقع طبقاً لتنظيم معين يحدده الباحث أما الإختيار ذاته فلا يخضع لأي نوع من التنظيم وإلا لما أصبحت هذه الطريقة إحدى أساليب الطريقة الاحتمالية، وتطبق الطريقة المنتظمة يتبع الباحث الخطوات التالية:

- 1 - يضع الباحث لكل فرد من أفراد مجتمع البحث.
  - 2 - يقسم مجتمع البحث على حجم العينة الذي قرره.
  - 3 - يختار أحد الأرقام التي تحصل عليها من ناتج القسمة اختياراً عشوائياً.
  - 4 - يحدد طول الفاصل بين الرقم الذي اختاره في الخطوة الثالثة وبين رقم آخر في القائمة.
  - 5 - يختار لكل رقم يقع في نهاية الفاصل الذي حدده.<sup>3</sup>
- وعليه فإن عدد مجتمع البحث هو 252 تلميذ، وعدد أفراد العينة التي سيتم اختيارها هو 100 تلميذ، وبالتالي ستقوم الباحثة بوضع رقم لكل واحد من أفراد مجتمع البحث (من رقم 01 إلى رقم 252) ثم يقسم  $252 \div 100 = 03$ ، وبعد ذلك يختار أحد الأرقام التي لا تزيد عن الرقم 03 اختياراً عشوائياً، ولقد وقع الاختيار على الرقم 02، وبالتالي يبدأ سحب 100 رقم وذلك كالتالي 2، 4، 6، 8، 10، 12، 14، 16، 18، 20، 22... وهكذا حتى يسحب العدد الكلي للعينة المختارة.

## 2. 4. أدوات جمع البيانات

### 2-4-1. الاستمارة:

- 1 - هي نموذج يضم مجموعة أسئلة توجه إلى الأفراد من أجل الحصول على معلومات حول موضوع أو مشكلة أو موقف، ويتم تنفيذ الاستمارة إما عن طريق المقابلة الشخصية أو ترسل إلى المبحوثين عن طريق البريد.<sup>4</sup>

1 - سعيد سبعون وحفصة جرادي، الدليل المنهجي في إعداد المذكرات والرسائل الجامعية في علم الاجتماع، دار القصة للنشر، ص133.  
 2 - المرجع نفسه، ص135.  
 3 - محمد عبد الجبار خندقجي ونواف عبد الجبار خندقجي، مناهج البحث العلمي منظور تربوي معاصر، عالم الكتاب الحديث، ط1، الأردن، 2012، ص134.  
 4 - جازية كيران، محاضرات في المنهجية لطلاب علم الاجتماع، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، الجزائر، 2016، ص54.

2 - وتعرف الاستمارة بأنها: أداة لجمع المعلومات المتعلقة بموضوع البحث عن طريق استمارة معينة تحتوي على عدد من الأسئلة، مرتبة بأسلوب منطقي، يجري توزيعها على أشخاص معينين لتعبئتها.<sup>1</sup>

3 - كما يمكن تعريفها أيضا بأنها: هي مجموعة من الأسئلة المكتوبة يقوم المحيب بالإجابة عنها، وهي أداة أكثر استخداما في الحصول على البيانات من المبحوثين مباشرة ومعرفة آرائهم واتجاهاتهم.<sup>2</sup>

وتم اختيار هذه الأداة لأن الدراسة مرتبطة بوقت محدد ونظرا لأن هذه الأداة تقتصر الوقت والجهد والمال، بالإضافة إلى ذلك فإنها تترك للمبحوث وقت للإجابة، مع العلم أن عينة الدراسة تتكون من 100 أسرة فيصعب على الباحثة استخدام المقابلة والدخول إلى كل بيت لإجراء مقابلة معهم.

وقد تم تقسيم الاستبيان إلى ثلاثة محاور رئيسية وهي:

**المحور الأول:** تعلق بالبيانات الشخصية للمبحوثين وهي الجنس، السن، المستوى التعليمي، نوع العائلة..والذي ضم 08 أسئلة.

**المحور الثاني:** تعلق بالتساؤل الفرعي الأول والذي ضم 16 سؤال.

**المحور الثالث:** خصص للتساؤل الفرعي الثاني والذي ضم 15 سؤال.

وقد احتوت هذه الأداة على أسئلة مغلقة ببدائل نعم، ولا، وأحيانا، وبدائل أخرى، وأسئلة مفتوحة.

ولقد تم توزيع الاستمارة على مجموعة من الأساتذة للاستشارة حول أسئلة الاستمارة.

## 2 . 4 . 2 . المقابلة:

يمكن تعريفها بأنها: عبارة عن محادثة موجهة بين الباحث وشخص أو أشخاص آخرين بهدف الوصول إلى حقيقة أو موقف معين يسعى الباحث لمعرفته من أجل تحقيق أهداف الدراسة.<sup>3</sup>

تم استخدام المقابلة كأداة مساعدة، حيث تم إجراء مقابلة مع تلاميذ سنة خامسة ابتدائي بكل من ابتدائية 19 مارس 1962 وابتدائية شنين مرجان، وكان عدد التلاميذ 100 تلميذ موزعين على 04 أقسام سنة خامسة بابتدائية شنين مرجان و03 أقسام سنة خامسة بابتدائية 19 مارس 1962 بغرض إيصال التلاميذ الاستمارة لأولياءهم وكذلك للتأكد من صحة وصدق الإجابات المبحوثين على الاستمارة.

وكذلك قامت الباحثة بإجراء مقابلات مع أصحاب المحلات من أجل التعرف على استهلاك الأسر للمنتجات الغذائية، حيث كان عدد المحلات التجارية اثنان، فكانت المقابلة مع المحل التجاري الأول بتاريخ 2018/04/11 على الساعة من 8:20 إلى 8:30 صباحا، والمقابلة مع المحل التجاري الثاني بتاريخ 2018/04/13 على الساعة 10:30 إلى 10:50 صباحا، حيث رجبا كلا البائعين بالباحثة وأجابا على كل الأسئلة المقدمة لهم محددين السلع الأكثر استهلاكها من طرف الأسر القاطنة بحي النصر.

1 - عارف أحمد حسان ومحمود الوادي، مرجع سبق ذكره، ص254 - 255

2 - محمد عبد الجبار خندقجي و نواف عبد الجبار خندقجي، مرجع سبق ذكره، ص142.

3 - محمد عبيدات وآخرون، مرجع سبق ذكره، ص55.



## 5.2 . الأساليب الإحصائية المستخدمة:

بعد جمع البيانات بواسطة الاستبيان، نقوم بمعالجتها وذلك باستخدام الأساليب الإحصائية التي تتماشى مع طبيعة الدراسة واعتمدت الدراسة على ما يلي:

النسبة المئوية و معادلتها حيث أن:  $\text{نسبة المئوية} = \frac{\text{س}}{\text{ن}} \times 100$

نم = س / 100 ن

ن = عدد الأفراد

وذلك عن طريق القاعدة الثلاثية: 100 ← عدد الأفراد

س ← عدد التكرارات

$$\text{ومن س} = \frac{\text{عدد التكرارات}}{\text{عدد الأفراد}} \times 100\%$$

كخلاصة تم التطرق في هذا الفصل إلى الإجراءات المنهجية بدءاً بالمنهج والذي تم اتباعه المتمثل في المنهج الوصفي، وكذا توضيح مجالات الدراسة، بالأخص المجال الزمني لها والذي من خلاله تم تحديد معالم دراستنا وكذلك باعتماد العينة الاحتمالية التطبيقية للحصول على عينة الدراسة، بإتباع أداة الاستمارة كأداة أساسية والمقابلة كأداة مساعدة رغبة وحرصاً للوصول إلى نتائج واقعية لدراسة الحالية.

## الفصل الثالث: عرض وتحليل وتفسير ومناقشة النتائج

1.3. عرض وتحليل وتفسير البيانات الشخصية المتعلقة بالمبحوثين

2.3. عرض وتحليل وتفسير التساؤل الأول

3.3. عرض وتحليل وتفسير التساؤل الثاني

4.3. مناقشة نتائج التساؤل الأول

5.3. مناقشة نتائج التساؤل الثاني

6.3. مناقشة نتائج التساؤل الثالث

7.3. النتيجة العامة للدراسة

بعد تناول الإجراءات الميدانية للدراسة في الفصل السابق، سيتم في هذا الفصل عرض وتحليل معطيات الدراسة الميدانية باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة.

فبعدها جمعت الاستبيانات ومن خلال الاجابات التي تم التحصل عليها قامت الباحثة بعملية تفرغ للاستبيان حسب إجابات المبحوثين وكانت كالتالي:

### 1.3. عرض وتحليل وتفسير البيانات الشخصية المتعلقة بالمبحوثين:

الجدول رقم (1): يوضح توزيع العينة حسب السن

الأم		الأب		الولي السن
النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	
%19	19	%00	00	(من 20 إلى 35 سنة)
%78	78	%46	46	(من 36 إلى 50 سنة)
%03	03	%52	52	(من 51 إلى 65 سنة)
%00	00	%02	02	من 65 فما فوق
%100	100	%100	100	المجموع

يوضح الجدول أعلاه أن الفئة العمرية الأولى السائدة لدى الآباء تتراوح (من 51 إلى 65 سنة) وتقدر نسبتها بـ (52%)، وتليها الفئة العمرية (من 36 إلى 50 سنة) والتي قدرت نسبتها بـ (36%)، بينما الفئة العمرية (من 65 فما فوق) فقدرت نسبتها بـ (2%) أما بالنسبة للفئة العمرية (من 20 إلى 35 سنة) فهي منعدمة، بينما الفئة العمرية السائدة لدى الأمهات تتراوح (من 36 إلى 50 سنة) وقدرت نسبتها بـ (78%)، وتليها الفئة العمرية (من 20 إلى 35 سنة) والتي قدرت نسبتها بـ (19%)، أما بالنسبة إلى الفئة العمرية (من 51 إلى 65 سنة) فقدرت نسبتها بـ (2%)، أما بالنسبة للفئة العمرية (من 65 فما فوق) فهي منعدمة.

الجدول رقم (2): يوضح المستوى التعليمي لمفردات الدراسة

الأم		الأب		المستوى التعليمي
النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	
%00	00	%00	00	دون مستوى
0%2	20	%13	13	ابتدائي
%06	06	%25	25	متوسط
2%2	22	%30	30	ثانوي
%52	52	%32	32	جامعي
%100	100	%100	100	المجموع

يبين لنا الجدول أعلاه توزيع العينة على حسب متغير المستوى التعليمي بحيث نجد أن أعلى نسبة لدى الآباء احتلها المستوى التعليمي الجامعي والتي قدرت بـ (32%)، يليها المستوى التعليمي الثانوي بنسبة 30%، إلى المستوى المتوسط والتي قدرت نسبتها بـ (25%)، وكأخر مستوى المستوى الابتدائي والتي قدرت نسبتها بـ (13%) بينما بدون مستوى فكانت منعدمة. أما بالنسبة للمستوى التعليمي للأمهات فقدرت أعلى نسبة في المستوى الجامعي بـ (52%)، يليه المستوى التعليمي الثانوي بنسبة (22%)، إلى المستوى الذي يليه وهو المستوى الابتدائي بنسبة قدرت بـ (20%)، وأقل نسبة كانت للمستوى التعليمي المتوسط بنسبة (06%)، بينما بدون مستوى فكانت منعدمة.

ما يلاحظ من خلال قراءة هذا الجدول أن المستوى التعليمي لكلا الوالدين جيد حيث يتراوح ما بين المستوى المتوسط والمستوى الجامعي وهذا راجع إلى أن معظم الأسر في الآونة الأخيرة تولي التعليم أهمية كبيرة.

الجدول رقم (3): يوضح توزيع المبحوثين حسب نوع الأسرة

النسبة	التكرار	نوع الأسرة
%23	23	ممتدة
%77	77	نووية
%100	100	المجموع

يبين الجدول أعلاه توزيع المبحوثين حسب نوع الأسرة بحيث قدرت نسبة المبحوثين الذين ينتمون إلى الأسرة الممتدة بـ (23%) بينما بلغت نسبة المبحوثين الذين ينتمون إلى الأسرة النووية بـ (77%).

وهذا يرجع إلى أن معظم الأسر القاطنة بحي النصر هي أسر نووية منفصلة عن الأسرة الأم لأسباب قد تعود إلى العمل حيث أن معظم الأسر جاءت من مناطق وولايات من خارج ولاية ورقلة لأجل مزاولة العمل وكذلك لحصول بعض الأسر من مدينة ورقلة على سكنات بهذا الحي.

الجدول رقم (4): يوضح الوضعية المهنية للمبحوثين

الأم		الأب		الولي	الوضعية المهنية
النسبة	التكرار	النسبة	التكرار		
48%	50	05%	05		بطل (ماكثة بالبيت)
50%	48	90%	90		عامل (عاملة)
02%	02	05%	05		متقاعد (متقاعدة)
100%	100	100%	100		المجموع

يتضح من خلال الجدول رقم (4) الذي يوضح الوضعية المهنية للمبحوثين أن نسبة العاملين لدى الآباء قدرت بـ (90%) وهي أعلى نسبة وهذا يرجع إلى أن الأب يعتبر المسؤول على إعالة الأسرة، تليها الوضعية المهنية بطالين ومتقاعدين بنسبة متساوية قدرت بـ (05%).

بينما تصدرت لدى الأمهات الوضعية المهنية عاملة بنسبة قدرت بـ (50%) وهذا يرجع إلى أن الأم تعمل لمساعدة الزوج في إعالة الأسرة نظرا لغلاء المعيشة ومتطلباتها، تليها الوضعية المهنية ماكثة بالبيت بنسبة متقاربة مع الوضعية المهنية عاملة قدرت بـ (48%)، وتليها كآخر نسبة الوضعية المهنية متقاعدة بنسبة (02%).

ويلاحظ أن نسبة العاملات والماكثات بالبيت بالنسبة للأمهات متقاربة ويرجع ارتفاع نسبة العاملات للتغيرات الحاصلة في الأسرة الجزائرية عموما خاصة ارتفاع المستوى التعليمي للمرأة كما وضحه الجدول رقم (02) حيث أن نسبة 52% من الأمهات جامعات هذا من جهة ومن جهة أخرى أغلب الأسر نووية يتعاون فيها كلا من الأب والأم على التكفل بمصاريف الأسرة.

الجدول رقم (5): يوضح عدد أفراد أسرة المبحوثين

النسبة	التكرار	البدائل
77%	77	(من 02 فردين إلى 06 أفراد)
23%	23	(من 07 أفراد إلى 11 فرد)
100%	100	المجموع

من خلال قرأتنا للجدول رقم (5) الذي يوضح عدد أفراد أسرة المبحوثين أن أعلى نسبة كانت للفئة الأولى (من 02 فردين إلى 06 أفراد) والتي قدرت بـ (77%) أما بالنسبة للفئة الثانية (من 07 أفراد إلى 11 فرد) فقد قدرت بنسبة (23%)، وهذا ما يطابق النتائج الاحصائية للجدول رقم (3) كما يرتبط بالجدول رقم (04) كون أغلب الأمهات عاملات.

الجدول رقم (6): يوضح الأجر الشهري للأسرة

النسبة	التكرار	البدائل
40%	40	من مليون سنتيم إلى خمسة ملايين
47%	47	من خمسة ملايين سنتيم إلى 10 ملايين سنتيم
13%	13	أكثر من 10 ملايين سنتيم
100%	100	المجموع

يبين الجدول أعلاه الأجر الشهري للأسرة بحيث قدرت أعلى نسبة للأجر الشهري (من خمسة ملايين إلى 10 ملايين سنتيم) بـ (47%) وهذا يدل على أن الأسر نوعاً ما ميسورة الحال كون أن مصدر الدخل يأتي من كلا الوالدين وبإمكانهم اقتناء المواد الغذائية اللازمة لأفرادها، يليها الأجر الشهري (من مليون سنتيم إلى خمسة ملايين) بنسبة (40%) وكأخر نسبة للأجر الشهري (أكثر من 10 ملايين سنتيم) قدرت بـ (13%).

الجدول رقم (7): يوضح اقتناء المبحوثين للسلع الغذائية

النسبة	التكرار	البدائل
07%	08	السوق اليومي
35%	38	السوق الأسبوعي
37%	40	المحل التجاري
20%	22	محل الحي
01%	01	أخرى تذكر
100%	109	المجموع

(\*)<sup>1</sup> يتبين لنا من الجدول أعلاه الذي يوضح اقتناء المبحوثين للسلع الغذائية بأن أغلب المبحوثين يقتنون سلعهم الغذائية من المحل التجاري والتي قدرت نسبتها بـ (37%)، بينما الذين يقتنون سلعهم الغذائية من السوق الأسبوعي فقدرت بنسبهم بـ (35%)، ويليهما الذين يقتنون سلعهم من محل الحي بنسبة (22%)، أما بالنسبة للذين يقتنون سلعهم الغذائية من السوق اليومي فقدرت نسبتهم بـ (08%) وذكر بعض المبحوثين بأنه يقتني سلعه الغذائية من سوق الجملة والتي قدرت نسبتها بـ (01%). حيث يرجع هذا الاختلاف إلى أن الأسر تقتني سلعها الغذائية وفق الأجر الشهري وذلك لأن الأسعار تختلف من السوق الأسبوعي إلى السوق اليومي وكذلك من محل الحي إلى المحل التجاري.

1 - السؤال به أكثر من بديل وبالتالي بإمكان المبحوث اختيار أكثر من بديل.

الجدول رقم (8): يوضح مرات قيام المبحوثين بعملية التسوق

النسبة	التكرار	الفئات
27%	30	مرة في اليوم
50%	55	مرة في الأسبوع
23%	25	مرة في الشهر
100%	110	المجموع

(\*)<sup>1</sup> يتبين من خلال القراءة الإحصائية لهذا الجدول الذي يوضح مرات قيام المبحوثين بعملية التسوق أن المبحوثين الذين يقومون بعملية التسوق مرة في اليوم قدرت نسبتها بـ (27%)، بينما قدرت نسبة المبحوثين الذين يقومون بعملية التسوق مرة في الأسبوع بـ (50%) وهي أكبر نسبة مقارنة بالنسب الأخرى، أما بالنسبة للمبحوثين الذين يقومون بالتسوق مرة في الشهر فقد قدرت بـ (23%) وتكون خاصة بالنسبة للمواد الغذائية طويلة الصلاحية وذلك من أجل تنظيم الميزانية الخاصة بالاستهلاك مقابل المتطلبات الأسرية الأخرى.

ما لاحظته الباحثة في بعض المدن الجزائرية الزوجة تنزل إلى السوق يوميا من أجل اقتناء المواد الغذائية والخضر وتعتبر عادة جاءت بها وأصبحت تنزل إلى السوق يوميا بينما السكان في مدينة ورقلة الرجل هو الذي يقوم بعملية التسوق غالبا مرة في الأسبوع من السوق الأسبوعي وهناك من يقتني المواد الغذائية الجافة مرة في الشهر، وهذا يرجع إلى التسيير أو التدبير المنزلي لكل أسرة.

### 3. 2. عرض وتحليل وتفسير التساؤل الأول:

الجدول رقم (9): يوضح التغذية الجيدة في نظر المبحوثين

النسبة	التكرار	البدائل
42%	42	تغذية متوازنة ومتنوعة بين حبوب، لحوم، عجائن، خضر، وفواكه.
21%	21	تغذية صحية.
20%	20	احترام مواعيد الوجبات الغذائية ونظافة الأكل.
18%	18	الحصول على العناصر الغذائية بكمية محدودة من دهون، فيتامينات، بروتينات، ألياف.
100%	100	المجموع

يتبن من الجدول أعلاه الذي يوضح التغذية الجيدة في نظر المبحوثين أن أغلب المبحوثين أجمعوا أن التغذية الجيدة هي تغذية متوازنة ومتنوعة بين حبوب، لحوم، عجائن، خضر، وفواكه والتي قدرت كأعلى نسبة بـ (42%)، بينما البعض الآخر من المبحوثين أكدوا أن التغذية الجيدة هي التغذية الصحية والتي قدرت نسبتها بـ (21%)، أما البعض الآخر من المبحوثين فيرى أن

1 - السؤال به أكثر من بديل وبالتالي بإمكان المبحوث اختبار أكثر من بديل.



التغذية الجيدة تتمثل في احترام مواعيد الوجبات الغذائية ونظافة الأكل والتي قدرت نسبتها بـ (20%)، بينما البعض الآخر أكدوا أن التغذية الجيدة هي الحصول على العناصر الغذائية بكمية محدودة من دهون، فيتامينات، بروتينات، ألياف والتي قدرت نسبتها بـ (18%).

يمكن تفسير ذلك بأن الأسر تعي معنى التغذية الجيدة بحيث أنهم يرونها في ذلك التوازن بين حبوب، لحوم، عجائن، خضر، وفواكه، وهذا قد يرجع إلى تحسن المستوى التعليمي للأسر المبحوثة، لكن ليس من السهل على الأسرة بمدينة ورقلة وضع غذاء متوازن وتنشئة الطفل عليه لأن الغذاء المتوازن هو مد الجسم بالاحتياجات الغذائية بمقدار لا يزيد عن حاجة الجسم، وعليه من الأفضل تناول أطعمة من كل مجموعة غذائية من المجموعات الست أنظر الملحق رقم (04)، وما لاحظته الباحثة من خلال المقابلة التي أجرتها مع التلاميذ أن الأسر فعلا تحضر أطباق متنوعة لكن ما تحضره لا يطابق فعلا نموذج وزارة الصحة، لأن المجموعات الست منها من لا يدخل في النظام الغذائي للأسرة بمدينة ورقلة إلا أحيانا كالمجموعة رقم (5) المتمثلة في اللحوم والأسماك، ومنها من يدخل بكثرة كالمجموعة رقم (3) المتمثلة في النشويات والمجموعة رقم (4) المتمثلة في الحليب ومشتقاته، والتي تضر لاستهلاكها غير العقلاني من طرف بعض الأسر وكذلك تأكيد أحد التلاميذ أن الأم لا تطهي أبدا وجبة الغذاء لأنها عاملة وتكون غائبة عن المنزل معظم الوقت، بينما أكد البعض الآخر من التلاميذ أنهم يتناولون نفس الوجبة في الغذاء والعشاء وهذا ما تعود عليه الجزائريون في عاداتهم الغذائية اليومية منذ القدم وهذا راجع إلى أن الأسر لا تفضل التبذير وهذا ما يتعارض مع قيمة العناصر الغذائية التي يحصل عليها الفرد من الوجبة الواحدة قد تكون كافية وإن تناول الوجبة نفسها فإنه قد يحدث اختلال في معدل القيمة الغذائية للأفراد التي من المفروض يحتاجها كل منهم حسب سنهم، نوع النشاط الذي يزاولونه، الجهد المبذول طيلة اليوم وخاصة الأطفال لكثرة حركتهم فهم بحاجة إلى غذاء صحي متكامل.

الجدول رقم (10): يوضح إذا كان للأسرة نظام غذائي متبع طيلة الأسبوع مع التعليل

النسبة	التكرار	في حالة الاجابة ب نعم يتمثل هذا النظام في:	النسبة	التكرار	التعليل	النسبة	التكرار	البدائل
%100	22	1. في وجبة الغذاء أكل مشبع و ثقيل (عجائن، حبوب) وفي وجبة العشاء وجبة خفيفة (خضر كمرق، سلطة، بطاطا مقلية)	%59	13	حفاظا على صحة أفراد عائلتي.	%22	22	نعم
			%18	04	لأن التوازن الغذائي مفيد.			
			%23	05	لأخذ أكبر عدد ممكن من الاحتياجات اللازمة للجسم.			
%100	22	المجموع	%100	22	المجموع			
			%32	14	حسب القدرة الشرائية وما هو متوفر من مواد غذائية أسبوعيا.	%44	44	لا
			%04	02	عدم استقرار محل الإقامة.			
			%11	05	لاختلاف أفراد الأسرة في الذوق.			
			%39	17	عمل الأم لا يسمح لها بإتباع نظام غذائي أسبوعيا.			
			%14	06	لكي لا يشعر أفراد أسرتي بالملل.			
			%100	44	المجموع			
			%29	10	حسب الظروف المادية	%34	34	أحيانا
			29%	10	حسب المواد الغذائية المتوفرة			
			%09	03	التنوع أحسن			
			%21	07	حسب رغبة أفراد الأسرة.			
			%71	04	نظرا لضيق الوقت.			
			%100	100	المجموع			
						%100	100	المجموع

يتبين من الجدول أعلاه الذي يوضح إذا كان للأسرة نظام غذائي متبع طيلة الأسبوع بأن نسبة الأسر التي لديها نظام غذائي متبع طيلة الأسبوع قدرت بـ (22%) وذلك وفق مبررات الباحثين يعود إلى أنه في حالة اتباعها لهذا النظام فإنها تحافظ على

صحة أفراد أسرتها وكذلك لكونها ترى بأن التوازن الغذائي مفيد من أجل أخذ أكبر عدد ممكن من الاحتياجات اللازمة، وقد تمثل هذا النظام في وجبة غذاء أكل مشبع وثقيل (عجائن، حبوب) وفي وجبة العشاء وجبة خفيفة (خضر كمرق، سلطة، شكشوكة، بطاطا مقلية) وترى الباحثة بأن هذا النظام يعتبر عادة تعود عليها الجزائريين في مجتمعاتنا أكثر منه نظام غذائي، هذا مقارنة مع الأسر التي ليس لديها نظام غذائي متبع طيلة الأسبوع والتي قدرت نسبتها كأعلى نسبة بـ (44%) ويعود ذلك لمبررات المبحوثين المتمثلة في القدرة الشرائية للأسرة وما تتوفر عليه من مواد غذائية طيلة الأسبوع وذلك لأن الأسر تقوم بطهي الوجبات اليومية وفق المواد الغذائية المقتناة وفي حالة اتباع نظام غذائي أسبوعي ولم يكن متوفر لديها مكون من مكونات الوجبة تضطر الأسرة إلى تحضير شيء آخر وبالتالي تقوم بتغيير هذا النظام وعليه فإن وفرة المواد الغذائية أو غيابها يعتبر سببا لعدم اتباع نظام غذائي، ويرجع السبب كذلك لعدم وجود نظام غذائي متبع طيلة الأسبوع إلى عمل الأم والتي لغيابها لا تستطيع ضبط النظام الغذائي داخل أسرتها وكذلك لكثرة انشغالها والتي قد تمنعها من تناول وجبة الغذاء مع أفراد أسرتها كل هذا سيعيقها على اتباع نظام غذائي لأفراد أسرتها علما أن هذا الأخير يختلف في الذوق لأن ما يفضله الكبير ليس هو ما يفضله الصغير وحتى المراهق وبالتالي هنا الام تعمل على ارضاء ذوق كل فرد من أفراد أسرتها، وكذلك خوفا منها أن يشعر أفراد أسرتها بالملل، وقد يلعب عدم الاستقرار بمحل الإقامة دورا في عدم اتباع نظام غذائي طيلة الأسبوع، بينما قدرت نسبة الأسر التي تتبع نظام غذائي أحيانا بـ (34%) ويعود ذلك حسب رأي المبحوثين إلى الظروف المادية للأسرة وكذلك حسب ما هو متوفر من مواد غذائية في البيت، وهناك من يرى بأن التنوع أحسن، وقد يرجع ذلك لرغبة أفراد الأسرة وهناك من يرجع السبب إلى ضيق الوقت الذي لا يسمح بإتباع نظام غذائي.

ويفسر ذلك في أن جل الجزائريين تعودوا منذ القدم تحضير أطباق وفق ما هو متوفر من مواد غذائية في البيت وهذا ما هو متعارف عليه في الأسرة الجزائرية، وبالتالي لم يتعودوا على وضع نظام غذائي يتبعونه أسبوعيا.

الجدول رقم (11): يوضح ما يتناول عادة بعد وجبة الغذاء أو العشاء

النسبة	التكرار	البدائل
55%	71	فاكهة
28%	36	سلطة
15%	20	شاي
02%	03	أخرى تذكر
100%	130	المجموع

(\*<sup>1</sup>) يتبين من الجدول أعلاه الذي يوضح ما يتناول عادة بعد وجبة الغذاء أو العشاء أن الأسرة تتناول الفاكهة عادة والتي قدرت نسبتها بـ (55%)، تليها تناول الأسر للسلطة بنسبة (28%)، بينما الذين يفضلون شرب الشاي بعد كل من وجبتي

1 - السؤال به أكثر من بديل وبالتالي بإمكان المبحوث اختيار أكثر من بديل.

الغذاء والعشاء فبلغت نسبتهم بـ (15%)، وهناك من يفضل أكل الياغورت او تحلية وهناك من يفضل شرب عصير الجزر والتي قدرت نسبتها بـ (02%).

والملاحظ من خلال الجدول أن أغلب الأسر بمدينة ورقلة يفضلون تناول الفاكهة والسلطة بعد وجبة الغذاء والعشاء وهذا ما يتنافى مع النظام الغذائي السليم والتي من المفروض عدم تناول كلاهما بعد الوجبة من أجل الاستفادة أكثر من العناصر الغذائية الموجودة فيهما.

من المعروف أن الفاكهة تحتوي على السكريات المفيدة، بالإضافة إلى العناصر والفيتامينات والألياف والأملاح المعدنية ومضادات الأكسدة الموجودة فيها والتي لها القدرة على تعزيز مناعة الجسم ووقايته من الإصابة بالكثير من الأمراض خاصة السرطان، وعليه فإن أخصائي التغذية يعتبرون أكل الفاكهة بعد الوجبة من الممارسات الخاطئة التي يرتكبها الكثير من الأفراد وهذا ما أكد عليه الدكتور "محمد الفايد"، "حيث حذر من خلط الفواكه مع اللحوم لأن الفواكه يجب أن تأكل على معدة فارغة لأنها لا تتجانس إلا مع بعضها ولا يجب خلطها مع أطعمة أخرى، بالإضافة إلى ذلك فإنها تأخذ 5 دقائق في الهضم واللحوم تهضم في 5 ساعات وهنا الفواكه تتخمر لأنها تنتظر حتى تهضم اللحوم وكل مكونات الوجبة وبعدها تهضم وتتحول إلى كحول وسوموم مما يؤدي إلى حدوث انتفاخ بالمعدة،" <sup>1</sup> ومن الأحسن تناولها قبل الوجبة بساعة أو ساعتين وإن تناولناها بعد الوجبة فعلى الأقل بعد ساعتين.

إلا أن المتعارف عليه تناول الفاكهة مباشرة بعد الانتهاء من الأكل وهي ثقافة غذائية مستوحاة من قيم وعادات المجتمع الجزائري وخصوصا الأسرة بمدينة ورقلة، بحيث تعتبر هذه الثقافة عادة متوارثة من جيل إلى جيل، فالطفل الذي ينشأ في مثل هذه الأسر يتربى ويتعود على هذه الثقافة وينقلها إلى أبنائه مستقبلا.

الجدول رقم (12): يوضح الشيء الذي تراعيه الأم في اعدادها للوجبة لأبنائها

النسبة	التكرار	البدائل
54%	59	أكل صحي
08%	09	شكل الوجبة
38%	41	ذوق الوجبة
100%	109	المجموع

(\*)<sup>2</sup> من خلال القراءة الاحصائية لهذا الجدول الذي يوضح ما تراعيه الأم في اعدادها للوجبة لأبنائها يتضح بأن الأم تقوم بتحضير أكل صحي لأبنائها والتي قدرت نسبتها بـ (54%)، بينما التي تراعي في اعدادها للوجبة ذوق الوجبة فقدرت نسبتها بـ (38%)، أما بالنسبة التي تراعي في اعدادها للوجبة شكل الوجبة فقدرت نسبتها بـ (08%).

1 - محمد الفايد، فيديو بعنوان: مخاطر أكل الفواكه بعد الأكل، قناة نون، تاريخ بث الحصة 2017/03/14، تم الدخول إلى الموقع بتاريخ 2018 /05/15 على الساعة 15:00 مساءا الرابط <https://www.youtube.com/watch?v=ITGHskO35rw>

2 - السؤال به أكثر من بديل وبالتالي بإمكان المبحوث اختيار أكثر من بديل.

ويمكن تفسير ذلك في أن التحسن في المستوى التعليمي للأمهات يجعلهن يراعين المحتوى الصحي للوجبة المحضرة للأبناء، وهذا ما أكدته نتائج الجدول رقم (09) المتعلق بالتغذية الجيدة في نظر المبحوثين، وعليه فإن هؤلاء الأمهات يعرّفن ضرورة الأكل الصحي لأبنائهن ويحاولن توفيره لهم وفق ثقافتهم وما يعرفنه.

الجدول رقم (13): يوضح ما يتناول في فطور الصباح عادة

النسبة	التكرار	التعليق	النسبة	التكرار	البدائل
%56	50	عادة مكتسبة في المجتمع الجزائري ولم نستطع تغييرها.	%83	90	قهوة وحليب معا
%11	10	تعودنا عليها منذ الصغر.			
%33	30	لأن ذوق الحليب لوحده غير مرغوب فيه.			
%100	90	المجموع			
%100	06	هو اعتيادي.	%06	06	شاي
%100	06	المجموع			
%43	03	صحي وأفضل من القهوة لأبنائنا.	%06	07	حليب فقط
%28,5	02	لأنه ضروري لتقوية العظام.			
%28,5	02	لأن الحليب غذاء كامل ولا يمكن خطه بمكونات أخرى.			
%100	07	المجموع			
%100	02	للتخفيف من وجع الرأس.	%02	02	قهوة فقط
%67	02	لأن التلبينة غنية بالكالسيوم والرقائق والجن أيضا.	%03	03	أخرى تذكر
%33	01	البيض غني بالبروتينات.			
%100	03	المجموع			
			%100	109	المجموع

(\*)<sup>1</sup> يتبين من الجدول أعلاه الذي يوضح ما يتناول عادة في فطور الصباح أن أغلب الأسر تتناول قهوة وحليب والتي قدرت نسبتها كأعلى نسبة بـ (83%) وذلك حسب مبررات المبحوثين يعود إلى أن شرب القهوة والحليب يعتبر عادة مكتسبة في المجتمع الجزائري وتعودوا عليها منذ الصغر ولم يستطيعوا تغييرها والبعض الآخر يضيف القهوة للحليب لأن أبنائهم لا يفضلون ذوق الحليب لوحده، تليها نسبة (06%) من الأسر الذين يتناولون شاي أو حليب فقط وذلك حسب مبررات المبحوثين يعود إلى

1 - السؤال به أكثر من بديل وبالتالي بإمكان المبحوث اختيار أكثر من بديل.

الشاي اعتادوا على شربه صباحا بينما الحليب فإنهم يرونه صحي ويقوي العظام وأفضل من القهوة لأبنائهم، بينما قدرت نسبة الأسر الذين يتناولون قهوة فقط بـ (02%) وذلك لأنها تخفف من ألم الرأس، بينما قدرت نسبة الأسر الذين يتناولون أشياء أخرى كخبز، مربي وكعك وكذلك بيض وجبن وعصير أو التلبينة والرقائق بـ (03%) وذلك حسب مبررات الباحثين يعود إلى أن التلبينة غنية بالكالسيوم والرقائق والجبن أيضا أما البيض فغني بالبروتينات، وهذا ما أجابت به إحدى التلميذات من خلال إجراء المقابلة معها، حيث تم سؤالها حول فطور الصباح وكان السؤال كالتالي: ماذا تتناولون عادة في فطور الصباح؟ وكانت اجابتها كالتالي: ماما تحضرنا التلبينة وتقولنا كولوها على خاطر مفيدة بزاف.

تعتبر وجبة الافطار من الوجبات اليومية المهمة التي يحتاجها جسم الفرد، لأنها تمده بالعناصر الغذائية التي تساعد على مواصلة يومه حتى يحين موعد وجبة الغذاء.

والملاحظ من خلال الجدول أن معظم الأسر يفضلون أن تحتوي وجبة الإفطار على قهوة وحليب وهم أغلب الباحثين لأنهم يعتبرونها عادة تعودوا و تنشأوا عليها منذ الصغر وهم ينشئون أبنائهم عليها وتعد هذه العادة من العادات الغذائية الخاطئة التي يمارسها معظم الأسر بمدينة ورقلة لأنهم يجهلون خطورة ما يقدمونه لأبنائهم لأن "مزج القهوة مع الحليب قد يتسبب صعوبة في الهضم وشعورا بعدم الارتياح، لأن مادة الكافيين الموجودة في القهوة ستتحمد مع مادة الكازئين الموجودة في الحليب، مما يشكل مزيجا يصعب هضمه في المعدة والأمعاء، وهذا يؤدي إلى عدم استفادة الجسم من الكالسيوم الموجود في الحليب لأن امتصاصه سيصبح صعباً"<sup>1</sup> وبالتالي من الأفضل على الأسر تعويد الأبناء على شرب الحليب بدون خلطه مع القهوة من أجل الاستفادة من كليهما، لأن الأبناء إذا تعودوا على عادات منذ الصغر فإنهم سيظلون يمارسونها في كبرهم وسيصعب تغييرها.

والملاحظ أيضا أن إحدى الباحثات تقوم بتقديم التلبينة لأبنائها وهي تحضر من الشعير و هذا شيء جيد خاصة لأنها مفيدة للأبناء وهم في سن التمدرس وهذا ما أكدته إحدى التلميذات في قولها: "ماما تحضرنا التلبينة وتقولنا قولوها علا خاطر مفيدة بزاف"، وعليه فمن الواجب على الأسر أن تعود أبنائهم على مثل هذا الأكل وتنشئهم عليه لأنه يعد من العادات الغذائية السليمة والصحية والتي سيستفيد منها الطفل لنمو أحسن.

الجدول رقم (14): يوضح الأغذية التي لا تستغني الأسر عنها في فصل الشتاء

النسبة	التكرار	البدائل
33%	33	1- الحبوب (عدس، حمص، فاصولياء)
33%	33	2- الحمضيات (برتقال)
05%	05	3- خضر وفواكه كسلطة أو حساء
20%	20	4- اللحوم بكل أنواعها (لحوم حمراء أو بيضاء، أسماك)
09%	09	5- عجائن

1 - <https://www.djazairiss.com/akhbarelyoum/95190> تم الدخول إلى الموقع بتاريخ 2018/05/04 على الساعة 14:00 مساء.

المجموع	100	%100
---------	-----	------

من خلال القراءة الاحصائية للجدول أعلاه الذي يوضح الأغذية التي لا تستغني الأسر عنها في فصل الشتاء يتضح بأن أغلب المبحوثين أكدوا بأن هذه الأغذية تتمثل في الحبوب والحمضيات والتي قدرت كأعلى نسبة بـ (33%)، تليها اللحوم بكل أنواعها بنسبة (20%)، بينما قدرت نسبة العجائن بـ (09%)، و قدرت كآخر نسبة للخضر والفواكه كسلطة وكحساء بـ (05%). يمكن تفسير ذلك في أن الأسرة بمدينة ورقلة تعي الأغذية التي يحتاجها الفرد في فصل الشتاء وخاصة أن هذا الأخير يمتاز ببرودته مما يجعل جسم الفرد يحتاج إلى أغذية كالحبوب والحمضيات واللحوم بكل أنواعها وحسب رأيهم فهي أغذية ثقيلة هذا على حسب قول المبحوثين "تشبع واللبل طويل" والتي قد تزوده بالعناصر الغذائية التي تقيه البرد، بينما فصل الصيف فهو بحاجة إلى السلطة والأكلات الباردة.

فالأسرة بمدينة ورقلة تعد أكلات متنوعة خاصة الحبوب التي تتناول بكثرة في فصل الشتاء وكذلك الحمضيات وهذا ما أكدته نتائج المقابلة مع التلاميذ حيث صرح أغلبهم أنهم يستهلكون الحبوب بكثرة كوجبة ويتناولون الحمضيات وبالأخص البرتقال كفاكهة.

الجدول رقم (15): يوضح الأطباق التقليدية التي تحضرها الأسرة ومتى يتم تحضيرها

النسبة	التكرار	البدائل
%44	44	الشخشوخة وكسكس (طعام).
%30	30	المختومة و دشيشة.
%22	22	رشته و محاجب.
%04	04	دوبارة.
%100	100	المجموع

يتبين من الجدول أعلاه الذي يوضح الأطباق التقليدية التي تحضرها الأسرة ومتى يتم تحضيرها أن الأسر التي تحضر الشخشوخة وكسكس بلغت أعلى نسبة باعتبارها لها قيمة اجتماعية عند الجزائريين والتي قدرت بـ (44%)، تليها نسبة (30%) من الأسر التي تحضر المختومة و دشيشة، بينما قدرت نسبة (22%) من الأسر التي تحضر رشته و محاجب، وقد قدرت كآخر نسبة بـ (04%) للأسر التي تحضر الدوبارة.

وغالبا ما تحضر الأسرة بمدينة ورقلة الأطباق التقليدية في العطلة الأسبوعية، في المناسبات الدينية، وهناك من يحضرها مرتين بالأسبوع وهناك من يحضرها مرة في الشهر، وهناك من يحضرها على حسب التزامات الأم في البيت أو خارجه وأيضا أوقات اجتماع الأسرة.

ويلاحظ من خلال الجدول أن الجزائر غنية بالأطباق التقليدية المتنوعة وذلك لتباين البيئات والثقافات، فكل منطقة معروفة بالأكلات التقليدية التي تحضرها والتي تشتهر بها، ونفسر ذلك بأن الأسرة بمدينة ورقلة تحضر أطباق تقليدية متنوعة بتنوع الثقافات



الأصلية لهذه الأسر كونها أغلبها وافدة إلى مدينة ورقلة، وتعد الشخشوخة والكسكس من أكثر الأطباق التقليدية تحضيرا بين الأسر بمدينة ورقلة، ويبرز هذا الجدول الأكلات التقليدية الخاصة بالسكان الأصليين وهي المختومة والدشيشة والمعروفة في المنطقة، وتتفق نتائج الجدول مع نتائج المقابلة مع التلاميذ حيث أكدوا على اهتمام الأسر بتناول هذه الأكلات التقليدية.

الجدول رقم (16): يوضح ترتيب تناول هذه المكونات: سلطة، لحم، خضر، فواكه، سائل.

النسبة	التكرار	الاحتمالات
54%	54	1 - خضر، لحم، سلطة، فواكه، سائل
17%	17	2 - سلطة، خضر، لحم، فواكه، سائل
05%	05	3 - خضر، سلطة، لحم، فواكه، سائل
24%	24	4 - لحم، خضر، سلطة، فواكه، سائل
100%	100	المجموع

من خلال القراءة الاحصائية للجدول أعلاه الذي يوضح ترتيب تناول الأسر لهذه المكونات: سلطة، لحم، خضر، فواكه، سائل يتضح أن أغلب الأسر ترتيبها كالتالي: خضر، لحم، سلطة، فواكه، سائل والتي قدرت نسبتها بـ (54%)، تليها نسبة (24%) من الأسر التي تفضل ترتيبها كالتالي: لحم، خضر، سلطة، فواكه، سائل، بينما قدرت نسبة (17%) من الأسر الذي يفضل ترتيبها بدءا بالسلطة، خضر، لحم، فواكه، سائل، بينما قدرت نسبة (05%) للأسر التي تتناول كالتالي: خضر، سلطة، لحم، فواكه، سائل.

تشتهر المائدة الجزائرية بأطباق متعددة ومتنوعة من وجبات متنوعة، لحم، سلطة، فواكه، سائل، فأغلب الجزائريين يفضلون البدء بالخضر ثم يتناولون اللحم وبعده يتناولون السلطة وفي الأخير بعد كل هذا يتناولون الفواكه والسائل، حيث يفضلون تناول الفاكهة في الأخير وهذا ما أكدت عليه نتائج الجدول رقم (11) المتعلق بما يتناول بعد وجبة الغذاء أو العشاء.

ويرجع ذلك إلى ما اعتاد وما تعارف عليه الجزائريون في أكلهم، ولكن حسب علماء التغذية فإن كل نوع من الأغذية يأخذ وقتا في الهضم داخل المعدة وهذا ما أكد عليه الدكتور "محمد الفايد" حيث قال: "أن علماء التغذية يصنفون الأغذية حسب الوقت التي تأخذها في الهضم إلى ثلاثة أنواع: الأغذية سريعة الهضم كالفواكه التي تأخذ في الهضم من 5 دقائق إلى 25 دقيقة والأغذية متوسطة الهضم كالخضر والنشويات التي يستغرق هضمها نصف ساعة، إلا أن الأسرة بمدينة ورقلة تترك السلطة والفاكهة إلى أن تنتهي من تناول الوجبة مع العلم أنها تصنف من الأغذية التي لا تأخذ فترة طويلة في الهضم، والأغذية بطيئة الهضم كاللحوم والمواد البروتينية والتي قد يستغرقها هضمها من ثلاث ساعات إلى خمس ساعات"<sup>1</sup>، إلا أن الأسرة بمدينة ورقلة تتناول اللحم في أول الوجبة، و بالتالي يمكن القول أن الأسر ترتب أغذيتها بشكل عشوائي على عكس ما أكد عليه أخصائي التغذية حيث يفترض أن تعمل الأسرة بمدينة ورقلة على تنشئة أبنائها على تناول هذه المكونات بالترتيب الصحيح لكي يشبوا على عادات

1 - حصة نخل ورمان بالأذاعة المغربية الثانية، بعنوان: النظام الغذائي السليم 2، مقدمة حصة لطيفة الصمدي، تاريخ بث الحصة، 2015/04/30، تم الدخول بتاريخ 2018/05/15 على الساعة 22:00 مساء.

غذائية سليمة و يستفيدوا من العناصر الغذائية الموجودة فيها، وهذا ما يتعارض مع اجابات المبحوثين في الجدول رقم (12) والتي أكد فيها المبحوثون اختيارهم للأكل الصحي رغم عدم مراعاتهم للترتيب السليم للأغذية فلا يكفي تنوع الأكل بل ترتيبه أيضا مهم.

الجدول رقم (17): يوضح تفضيل الأبناء لأكل البيت مع التعليل

النسبة	التكرار	في حالة الإجابة ب لا	النسبة	التكرار	الفئات
			72%	72	نعم
100%	28	1. لأنهم يفضلون الأكل الجاهز	28%	28	لا
100%	28	المجموع			
			100%	100	المجموع

يتضح من خلال الجدول أعلاه الذي يوضح تفضيل الأبناء لأكل البيت أن الأبناء الذين يفضلون أكل البيت قدرت نسبتهم بـ (72%) ويعود ذلك لتعودهم على أكله، مقارنة مع نسبة (28%) للأبناء الذين لا يفضلون أكل البيت ويعود ذلك حسب مبررات المبحوثين إلى أنهم يفضلون الأكل الجاهز.

يمكن تفسير ذلك بأنه رغم أن أغلب الأمهات عاملات لكن أغلب أبنائهم يفضلون أكل البيت وهذا يدل على أن الأمهات يحرصن على تقديم الأكل لأبنائهم في البيت رغم عملهن، كما يمكن أن يفسر ذلك أيضا أن الأسر في مدينة ورقلة تعتبر وقت تناول الوجبة هو الوقت الأفضل لاجتماع العائلة وتحاول ترسيخ ذلك لدى الأبناء خاصة أن أغلب الأسر مازالت متأثرة بالعادات و التقاليد وثقافة المجتمع التي تدعو إلى اجتماع العائلة للأكل رغم الالتزامات المختلفة لأفرادها.

الجدول رقم (18): يوضح أوقات شرب الشاي مع التعليل

النسبة	التكرار	التعليل	النسبة	التكرار	التمتات
%60	03	لأن الشاي بعد الوجبة يمنع امتصاص عنصر الحديد في الجسم.	%05	05	قبل الوجبة
%40	02	لأنه إذا أخذ مع الوجبة يمتص العناصر الغذائية.			
%100	05	المجموع			
%100	05	يساعد على تخفيف الوزن	%05	05	مع الوجبة
%100	05	المجموع			
%28,5	20	لأن شربه عند المعتاد بعد الوجبة.	%70	70	بعد الوجبة
%48,5	34	يساعد على الهضم.			
%03	02	لأنه بعد الوجبة يكون صحي أكثر			
%03	02	يمنع الشهية قبل الوجبة			
%14	10	يقوم بامتصاص الدهون			
%03	02	لأن الجسم يكون قد امتص الفيتامينات			
%100	70	المجموع			
/	/	/	%20	20	لا يشربون الشاي
%100	100		%100	100	المجموع

من خلال القراءة الاحصائية للجدول أعلاه الذي يوضح أوقات شرب الشاي مع التعليل، يتضح بأن معظم الأسر أكدت أنه بإمكان شرب الشاي بعد الوجبة والتي قدرت نسبتها بـ (70%) كأعلى نسبة ويعود ذلك حسب مبررات الباحثين إلى أنهم اعتادوا على شرب الشاي بعد الوجبة مباشرة و هناك من يرى بأن الشاي يساعد على الهضم بينما أكد البعض الآخر أن الشاي بعد الوجبة يكون صحي وأن الجسم يكون قد امتص الفيتامينات، هذا مقارنة مع نسبة (05%) من الأسر الذين أكدوا أنه بإمكان شربه قبل و مع الوجبة ويعود ذلك حسب مبررات الباحثين إلى أن شرب الشاي بعد الوجبة يمنع امتصاص عنصر

الحديد في الجسم وكذلك أنه إذا أخذ مع الوجبة فهو يمتص العناصر الغذائية، بينما قدرت نسبة الأسر الذين لا يشربون الشاي بـ (20%).

وعليه يفسر ذلك في أن الشاي عادة متوارثة خاصة عند سكان الجنوب، حيث أنهم تعودوا على شرب الشاي بعد تناول الوجبة مباشرة اعتقاداً منهم أنه يساعد على الهضم لكن هذا عكس ما يؤكد مختصو التغذية وهو أن شربه بعد الوجبة يتسبب في تعطيل عملية الهضم، وهذا راجع إلى أن الأسرة بمدينة ورقلة تجهل الأضرار التي قد يسببها الشاي المتناول بعد الوجبة وذلك "لأن أوراق الشاي تحتوي على نسبة عالية من الحمض وهذه المادة ستؤثر على البروتين الموجود في الأطعمة التي نستهلكها وبالتالي تجعلها جافة وعسيرة الهضم"،<sup>1</sup> بالإضافة إلى أن له القدرة على امتصاص الحديد من الجسم وبالتالي سيفقد الجسم كل الحديد الموجود بالوجبة المتناولة وبالتالي يحتمل الإصابة بمرض فقر الدم، ولذلك يمكن اعتبار هذه العادة من العادات الغذائية الخاطئة التي يمارسها معظم الأفراد في حياتهم اليومية بشكل مستمر.

الجدول رقم (19): يوضح الاغذية المعوضة للحليب حسب الأسر.

النسبة	التكرار	البدائل
73%	73	مشتقات الحليب (جبين، ياغورت، اللبن الرائب، أو بيض)
12%	12	بعصير الفواكه
10%	10	بعصير الفواكه بالحليب
07%	07	الفوكه
100%	100	المجموع

يتبين من خلال الجدول أن معظم الأسر تعوض الحليب للطفل بمشتقات الحليب من جبن، ياغورت، بيض، اللبن الرائب بنسبة (73%)، تليها نسبة (12%) ممن يعوضون أبناءهم الحليب بعصير الفواكه، بينما قدرت نسبة (10%) من الذين يعوضون أبناءهم بعصير الفواكه بالحليب (كانديا بالفواكه أو أوبي فراولة)، وكأخر نسبة قدرت بـ (07%) من الذين يفضلون تعويض الطفل للحليب بالفواكه.

ونفسر ذلك في أن الأسرة بمدينة ورقلة تقوم بتعويض الطفل للحليب بمشتقاته من جبن، ياغورت، لبن رائب، أو بيض ويرجع ذلك بأن الأسرة ليس لها ثقافة إطلاع على الأغذية التي بإمكانها تعويض الحليب، لأن معظم الأسر في اعتقادها أن مشتقات الحليب تحتوي على الكالسيوم وهذا ما تعارفت عليه الأسرة في حدود ما هو شائع في حين مشتقات الحليب تعد مواد صناعية استهلاكية غير صحية وقد لا تحتوي على نسبة الكالسيوم التي يحتاجها الطفل وهو في مرحلة عمرية مهمة، في حين توجد أغذية زهيدة الثمن وتحتوي على الكالسيوم كالسبانخ، الفجل وغيرها من الأغذية التي تجهل الأسرة بمدينة ورقلة مكوناته ولا تقدمها

1 - دانية محمد محمود، مرجع سبق ذكره، ص 57.

للطفل لكي يستفيد منها ويحصل على الكالسيوم بدلا من تعويد وتنشئة الطفل على استهلاك مواد غذائية صناعية متأثرا بما يعرض عن طريق وسائل الاعلام من خلال الاشهار وترويجه لهذه المواد الصناعية والتي تؤثر على الفرد لاستهلاكه لها.

الجدول رقم (20): يوضح كيفية طهي الخضار مع التعليل

النسبة	التكرار	البدائل
9%	10	بسلقها في الماء
27%	30	طهيها على البخار
27%	30	قليها في الزيت
36%	40	مع الوجبة
100%	110	المجموع

من خلال الجدول أعلاه الذي يوضح كيفية طهي الخضار يتبين أن الأمهات تفضل طهي الخضار مع الوجبة بنسبة (36%)، بينما نسبة الأمهات التي تفضل طهي الخضار على البخار أو قليها بالزيت قدرت بـ (27%)، تليها نسبة (9%) من الأمهات اللواتي يفضلن سلق الخضار في الماء.

تفضل الأمهات بمدينة ورقلة طهي الخضار مع الوجبة وهذا ما تعود وتعارف عليه أغلب الجزائريين منذ القدم، حيث ترافق الخضار الكثير من الأطباق على شكل مرق كالدولة، باطاطا مرقة وغيرها من الأطباق التي تحضرها الأم، ولذلك تعد أهمية اختيار الأطعمة وطهيها بصورة صحية وسليمة من الأمور التي يجب على الأمهات الاهتمام بها، وذلك بعدم إهمالهم طرق الطبخ التقليدية القديمة التي لا تزال تتمتع بأهميتها والحفاظ عليها من أجل عدم فقدان القيم الغذائية لبعض الأطعمة بسبب انتشار أساليب خاطئة في إعداد الطعام.

الجدول رقم (21): يوضح مكونات السلطة

النسبة	التكرار	البدائل
45%	45	خس، طماطم، زيتون، خل، زيت
20%	20	خيار، طماطم، ليمون، زيت زيتون
20%	20	جزر، طماطم، زيت، خل
10%	10	شمندر وبطاطا، طماطم، بيض، خل، زيت
05%	05	بسباس أو فلفل أخضر، طماطم، زيت، خل
100%	100	المجموع

من خلال القراءة الاحصائية للجدول أعلاه الذي يوضح مكونات السلطة يتبين أن أغلب الأسر تتكون السلطة عادة من خس، طماطم، زيتون، خل، زيت والتي قدرت نسبتها بـ (45%)، بينما قدرت نسبة (20%) لكل من مكونات السلطة جزر،

طماطم، زيت، خل وشمندر وبطاطا، طماطم، بيض، خل، زيت، بينما قدرت نسبة (05%) ممن يفضلون البسباس أو لفلل أخضر كمكون من مكونات السلطة.

وعليه يمكن تسير ذلك في أن فصل الشتاء لا يتوفر الخس بشكل كبير وبالتالي تقوم الأسرة بتعويضه بالخضر الموسمية كالبسباس والشمندر والجزر كمكونات أساسية للسلطة.

رغم أن الأسرة بمدينة ورقلة أكدت أنها تحضر السلطة من مكونات مفيدة كالشمندر والجزر إلا التلاميذ عند إجراء المقابلة معهم صرحوا بأنهم لا يتناولون السلطة كثيرا وهناك من أكد بأنه لا يجب تناول إلا الخس و لا يفضلون الشمندر والجزر وهذا راجع إلى الاختلاف في الأذواق، بحيث أنه في أغلب الأحيان ورغم تحضير السلطة إلا أن الأبناء لا يتناولونها ولا يستفيدون منها لأن الأسرة لا تحاول اقناعهم بذلك وتترك لهم الخيار في تناولها.

الجدول رقم (22): يوضح تناول التمر مع التعليق

النسبة	التكرار	التعليق	النسبة	التكرار	البدايل
55%	33	لعدم توفره وغلاء ثمنه.	60%	60	أحيانا
22%	13	لأن أبنائي لا يحبونه.			
03%	02	لأن الإفراط فيه يضر.			
20%	12	لأنني غير متواجدة بالبيت معظم الوقت.			
100%	60				المجموع
13%	05	مفيد للجسم ومغذي.	40%	40	دائما
40%	16	لأننا أولاد نخلة ومتوفر لدينا.			
17,5%	07	لأنه غني بالفيتامينات خاصة فيتامين د والمعادن والحديد.			
10%	04	أساسي في غذاء العائلة.			
17,5%	07	غذاء كامل خاصة مع اللبن.			
02%	01	مفيد خاصة 07 حبات صباحا قبل الإفطار.			
100%	40	المجموع			
/	/	/	00%	00	أبدا
			100%	100	المجموع

يتبين من خلال الجدول أعلاه الذي يوضح تناول التمر أن الأسر التي تتناول التمر أحيانا قدرت نسبتها بـ (60%) ويعود

ذلك لمبررات المبحوثين إلى عدم توفره وغلاء ثمنه وكذلك لأن الأبناء لا يفضلونه، مقارنة مع الذين يتناولون التمر دائما بنسبة

(40%) ويعود ذلك لمبررات المبحوثين إلى أن التمر مفيد للجسم ومغذي وغني بالفيتامينات خاصة فيتامين د والمعادن والحديد خاصة إذا تناول الفرد 07 حبات صباحا قبل الإفطار بالإضافة إلى أنهم يعتبروا أولاد نخلة ومتوفر لديهم وبالتالي يتناولونه دائما كما يعتبروه أساسي في غذائهم، بينما الذين أكدوا بأنهم لا يتناولونه أبدا فنسبتهم كانت منعدمة.

باعتبار مجتمع البحث من ثقافات متباينة فإنه هناك تباين في تناول التمر وتعود النسبة الأعلى للذين يتناولونه أحيانا بـ (60%) ويرجع ذلك إلى أن السكان الأصليين اعتادوا على تناول التمر في وجبة الضحى وهذا ما لاحظته الباحثة في الواقع كونهم يتناولونه مع الحليب قبل بدء الأكل و هي عادة تعودوا عليها، وهذا ما أكدته دراسة "بن عمارة محمد" بعنوان "تأثيرات أنماط البيئة في تغيير العادات الاجتماعية الغذائية" أن سكان واد سوف يتناولون التمر في وجبة الضحى من خلال اجابات المبحوثين على سؤال الباحثة حول عادة تناول التمر مع الحليب في الضحى، وإذا ماكانوا مازالوا يتناولونها الآن مع تأكيد المبحوثين أن هذه العادة تغيرت نظرا للتغير في البيئة الداخلية للمجتمع وبقي البعض متمسك بها"، كما أكدت أنهم يتناولون التمر ويصنعون منه أكالات "كالرفيس" وغيرها من الأكالات فكل هذا يدل على أهمية التمر في العادات الاجتماعية الغذائية لمجتمع البحث<sup>1</sup>، ويعتبرونه من أهم مكونات الغذاء، وكذلك لأنه متوفر لديهم، بينما السكان الوافدين إلى مدينة ورقلة لا يتناولونه بكثرة وذلك لعدم توفره لديهم ولعدم تعودهم على تناوله، وهذا ما يفسر اجابة أغلب المبحوثين بأحيانا.

وبالرغم من أن التمر يعد غذاء كامل للأبناء ومفيد لهم خاصة وهم في سن التمدرس، إلا أن الأسرة بمدينة ورقلة تتناول التمر أحيانا وهذا ما أكدته مقابلة الباحثة مع التلاميذ حيث صرح البعض منهم أنهم لا يتناولون التمر إلا في شهر رمضان وبالتالي فالعديد من الأسر في الوقت الحالي لا تدخله في نظامها الغذائي ولا تقدمه لأبنائها وربما يرجع ذلك لجهل الأسر لفوائد هذه الثمار أو قد يعود لعدم السيطرة على الأبناء وذلك لكونهم لا يفضلونها لعدم تعودهم على تناوله في بيئتهم الأصلية، فعلى الأسرة أن تعمل على تنشئة الأبناء على استهلاك هذه الثمار لكن بكميات معقولة.

#### الجدول رقم (23): يوضح الزيت المستعمل في الطهي

النسبة	التكرار	الفئات
77%	88	زيت المائدة
23%	26	زيت الزيتون
00%	00	زيت آخر
100%	114	المجموع

(\*)<sup>2</sup> من خلال القراءة الاحصائية للجدول أعلاه يتبين أن الزيت المستخدم في الطهي هو زيت المائدة بنسبة تقدر بـ (77%) مقارنة مع زيت الزيتون التي قدرت نسبته بـ (23%)، بينما انعدم استخدام أي نوع آخر من الزيوت في الطهي.

1 - بن عمارة محمد، مرجع سبق ذكره، صص 208 - 228.

2 - السؤال به أكثر من بديل وبالتالي بإمكان المبحوث اختيار أكثر من بديل.

ويفسر ذلك في أن الأسرة بمدينة ورقلة تستخدم زيت المائدة في الطهي لتعودها على استخدامه منذ القدم وأصبح عادة لديها في مقابل الأسر التي تستخدم زيت الزيتون نظرا لغلاء ثمنه مقارنة مع زيت المائدة. إلا أن أخصائي التغذية يحدرون من استخدام بعض الزيوت في الطهي وهذا ما أكد عليه الدكتور محمد الفايذ "بإمكان الطبخ بزيت الزيتون على نار هادئة لكن بدون استخدامه في القلي لأن زيت الزيتون لما يسخن على درجة حرارة أكثر من 250 درجة تصبح فيه بعض المكونات السرطانية"<sup>1</sup> وبالتالي يصبح مضرة أكثر، وعليه فزيت الزيتون مناسب أكثر للسلطات أو في طهي أطعمة لا تتطلب حرارة عالية.

الجدول رقم (24): يوضح اختيار المبحوثين للمجة

النسبة	التكرار	في حالة تحضيرها على ما تحتوي	النسبة	التكرار	البدائل
			38%	38	اعطاء النقود للإبن ويختارها بنفسه.
89%	55	خبز، بيض، بطاطا مطبوخة أو مقلية، خس وطماطم مع عصير أو ياغورت.	62%	62	تحضيرها بنفسك
03%	02	خبز ومرى.			
08%	05	بسكويت أو حلويات تقليدية مع عصير.			
100%	62	المجموع			
			100%	100	المجموع

(\*)<sup>2</sup> يتبين من خلال الجدول أعلاه الذي يوضح اختيار المبحوثين للمجة أن أغلب الأمهات يفضلن تحضير المجة بأنفسهن والتي قدرت نسبتها بـ (62%) مقارنة مع اللواتي يفضلن اعطاء النقود للإبن ويختارها بنفسه بنسبة (38%). وبالنسبة إلى مكونات المجة فكانت حسب المبحوثين تتكون من خبز، بيض، بطاطا مطبوخة أو مقلية، خس وطماطم مع عصير أو فواكه أو ياغورت أو خبز ومرى أم بسكويت أو حلويات تقليدية مع عصير. والملاحظ أن الأسرة بمدينة ورقلة رغم أن الأمهات عاملات إلا أنهن يفضلن تحضير المجة لأنبائهن يمكن وصفها بأنها مجة صحية مع احتوائها على مواد غذائية صناعية كالياغورت والعصير والتي قد تضر لاستهلاكها المستمر، لكن العديد من التلاميذ خلال المقابلة صرحوا بأنهم لا يحضرون المجة معهم كونهم يحصلون على وجبة باردة بالمدرسة.

1 - محمد الفايذ، فيديو بعنوان: مخاطر القلي بزيت الزيتون، تم نشر الفيديو بتاريخ 2017/10/23، تم الدخول إلى الموقع بتاريخ 2018/05/08 على الساعة 15:30 مساء <http://www.youtube.com/watch?v=IzUbusMVfCO>.  
2 - السؤال به أكثر من بديل وبالتالي بإمكان المبحوث اختيار أكثر من بديل.



### 3 . 3 . عرض وتحليل وتفسير نتائج التساؤل الثاني:

الجدول رقم (25): يوضح الأطعمة التي لا يأكلها أفراد الأسرة المبحوثة

النسبة	التكرار	البدائل
17%	17	العجائن.
13%	13	بعض الحبوب كالعفس والفاصولياء.
20%	20	بعض الخضراوات كاللفت، القرنبيط (الشفيلور)، جربوات، شمندر، سلق، بندراق.
20%	20	الملوخية.
10%	10	الأطعمة التي تحتوي على زيت الزيتون.
19%	19	لا توجد.
100%	100	المجموع

يتضح من خلال الجدول أعلاه الذي يوضح الأغذية التي لا يتناولها أفراد الأسرة المبحوثة أن المبحوثين أكدوا بأن أفراد أسرهم لا يفضلون بعض الخضراوات كاللفت، القرنبيط (الشفيلور)، جربوات، شمندر، سلق، بندراق وكذلك الذين لا يتناولون الملوخية والتي كانت نسبتهم متساوية والتي قدرت بـ (20%)، تليها نسبة (19%) بالنسبة للأفراد الذين يتناولون كل شيء ولا توجد أطعمة لا يتناولونها، بينما قدرت نسبة (17%) بالنسبة للأفراد الذين لا يتناولون العجائن، وتليها نسبة (13%) من الأفراد الذين لا يتناولون بعض الحبوب كالعفس والفاصولياء، وكآخر نسبة قدرت بـ (10%) بالنسبة للأفراد الذين لا يتناولون الأطعمة التي تحتوي على زيت الزيتون.

وتعود أعلى نسبة للأطعمة التي لا يفضل تناولها أفراد الأسرة بمدينة ورقلة لبعض الخضراوات (لفت، شيفلور، سلق، بندراق) والملوخية إلى أن أفراد الأسرة يختلفون في الذوق ولا يفضلون أكلها رغم أن لديها أهمية كبيرة و تساعد على حماية ووقاية جسم الفرد من العديد من الأمراض.

لكن ما هو ملاحظ أن الأسرة لا تعود ولا تنشئ الأبناء على تناول مثل هذه الخضراوات بل تعمل على جعل رغبة الأبناء هي التي تحرك غذاء الأسرة، كما أن الملوخية لا يفضلها أغلب الأفراد أيضا رغم أنها تصنف من "الأغذية المفيدة وسهلة الهضم وكذلك تحتوي على الأملاح المعدنية مثل الحديد والبروتينات والفيتامينات".<sup>1</sup>

وهذا راجع إلى أن الأسرة تجهل القيمة الغذائية لبعض الأطعمة والتي تعتبر مهمة لبناء جسم الأبناء خاصة وإهم في مرحلة عمرية يحتاجون إلى تغذية سليمة وصحية.

1 - دانية محمد محمود، مرجع سبق ذكره، ص245.

الجدول رقم (26): يوضح الأغذية التي كانت تتناولها الأسرة قبل سنوات وتم تعويضها

النسبة	التكرار	البدائل
10%	10	خبز الشعير وخبز البيت (المطلوع)
04%	04	الشمندر
05%	05	اللحوم الحمراء
10%	10	الروينة
07%	05	السّمك
64%	64	لا توجد
100%	100	المجموع

عند القراءة الاحصائية للجدول أعلاه الذي يوضح الأغذية التي كانت تتناولها الأسرة قبل سنوات وتم تعويضها تبين أنه لا توجد أطعمة تم تعويضها والتي قدرت نسبتها بـ (64%)، تليها نسبة (10%) بالنسبة إلى خبز الشعير وخبز البيت (المطلوع) وكذلك الروينة، بينما قدرت نسبة (05%) بالنسبة للحوم الحمراء والسّمك، وكأخر نسبة قدرت بـ (07%) بالنسبة إلى الشمندر.

وتعود النسبة الأعلى إلى أن الأسرة بقيت محافظة نوعاً ما على الأغذية التي كانت تتناولها منذ سنوات رغم دخول صناعة الأغذية التي غزت الأسواق هذا مقارنة مع بعض الأسر التي طرأ على نظامها الغذائي تغير نظراً لتغير وتيرة المعيشة مما جعل الأسرة تتخلى على بعض الممارسات الغذائية التي تعودت عليها كتغييرهم عادة تحضير الخبز بالبيت إلى استهلاك الخبز الجاهز من المخبزة رغم بقاء الأم بالبيت.

الجدول رقم (27): يوضح الأوقات التي تجتمع فيها أفراد الأسرة للأكل

النسبة	التكرار	البدائل
25%	28	أثناء وجبة الفطور
06%	07	الغذاء
34%	39	العشاء
35%	40	في كل الوجبات
100%	114	المجموع

(\*)<sup>1</sup> يتبين من خلال الجدول أعلاه الذي يوضح الأوقات التي يجتمع فيها أفراد الأسرة للأكل أن نسبة الأسر الذين يجتمعون في كل الوجبات قدرت بـ (35%)، تليها نسبة الأسر الذين يجتمعون في وجبة العشاء بنسبة (34%)، بينما قدرت نسبة الأسر الذين يجتمعون أثناء وجبة الفطور بـ (25%)، في حين قدرت نسبة الأسر الذين يجتمعون أثناء وجبة الغذاء بـ (7%). وتعود النسبة الأعلى للأسر الذين يجتمعون في كل الوجبات بـ (35%) ذلك أن الأسرة بمدينة ورقلة ما زالت تحافظ إلى حد ما على عادة اجتماع الأسرة للأكل فبالرغم من انشغال أفراد الأسرة بالعمل أو الدراسة إلا أن أوقات تناول الوجبات تعتبر أوقات اللقاء والاتصال الأسري المباشر والاجتماع، بينما تعود النسبة الأقل للأسر الذي يجتمعون في وجبة الغذاء إلى عمل الأم الذين يكون مستمر ولا يسمح لها بالذهاب إلى البيت لتناول وجبة الغذاء مع أفراد أسرتها وبالتالي تجتمع معهم في وجبة الإفطار والعشاء.

الجدول رقم (28): يوضح اختلاف العادات الغذائية أيام العطل مع التعليل

النسبة	التكرار	التعليل	النسبة	التكرار	الفئات
%28	15	لأننا نحضر الأطباق التقليدية.	%54	54	نعم
%19	10	لأنه في العطلة يكون أفراد الأسرة مجتمعين.			
%22	12	في العطلة نذهب إلى العائلة الكبيرة وبالتالي تختلف عاداتنا الغذائية.			
%15	08	لوجود الوقت الكافي لتحضير أطباق متنوعة.			
%09	05	لأننا أحيانا نأكل خارج المنزل.			
%07	04	لا شيء.			
%100	54	المجموع			
%43	20	لأننا نتبع نفس العادات.	%46	46	لا
%22	10	لأنه لا يوجد شيء خاص بل هناك تنوع في الأسبوع.			
%35	16	لا شيء.			
%100	46	المجموع			
			%100	100	المجموع

يتبين من خلال الجدول أعلاه الذي يوضح اختلاف العادات الغذائية أيام العطل أن نسبة الذين تختلف عاداتهم الغذائية أيام العطل قدرت بـ (54%) ويعود ذلك حسب مبررات الباحثين إلى أن أفراد الأسرة يكونوا مجتمعين وبالتالي تقوم الام بتحضير

1 - السؤال به أكثر من بديل وبالتالي يمكن للباحث اختيار أكثر من بديل.

مختلف الأطباق التقليدية كونها لها الوقت الكافي لتحضيرها ولعدم استطاعة تحضيرها طيلة الأسبوع لكثرة الأعمال المنزلية و لعمل الأم وكذلك لذهاب الأسرة في العطلة إلى العائلة الكبيرة وبالتالي تضطر إلى تناول أكالات لم تتعود على أكلها وكذلك الأبناء في حالة ذهابهم إلى العائلة الكبيرة لا تتمكن الأسرة من منعهم من استهلاك بعض المواد كالمشروبات الغازية مثلا، مقارنة مع الذين لا تختلف عاداتهم الغذائية بنسبة (46%) وهي نسبة متقاربة ويعود ذلك حسب مبررات الباحثين إلى أنهم يفضلون تنويع الأغذية في الأسبوع.

والملاحظ من خلال هذا الجدول أن الأسرة بمدينة ورقلة ما زالت ترتبط نوعا ما بالعادات والتقاليد من بينها تحضير الأطباق التقليدية والتي لها مدلول اجتماعي وهذا ما لا حظته الباحثة في الواقع الاجتماعي أن المرأة العاملة رغم انشغالها طيلة الأسبوع إلا أنها متمسكة بالعادات والتقاليد التي توارثتها في المجتمع وتجد الوقت الكافي في أيام العطل لتحضير مثل هذه الأطباق خاصة وأن أفراد الأسرة يكونوا مجتمعين.

الجدول رقم (29): يوضح وقت تناول الأكل الجاهز من المطاعم وإذا كان هذا الغذاء صحي في نظر الأسرة

النسبة	التكرار	البدايل
04%	04	في العطل.
41%	41	في السفر.
25%	25	في حالة مرض الأم أو خروجها.
12%	12	في المناسبات وأيام الامتحانات.
08%	08	عند رغبة الأبناء.
10%	10	لا تأكلها أبدا.
100%	100	المجموع

يتبين من الجدول أعلاه الذي يوضح وقت تناول الأكل الجاهز وإذا كان هذا الغذاء صحي في نظر الأسرة أن الأكل الجاهز حسب الباحثين يتناول وقت الضرورة وذلك في السفر والتي قدرت بنسبته ب (41%)، تليها نسبة (25%) في حالة مرض الأم أو خروجها، بينما قدرت نسبة (12%) في المناسبات وأيام العطل، تليها نسبة (10%) من الأسر الذين لا يتناولون هذا النوع من الأكل، و قدرت كآخر نسبة (08%) بالنسبة للأسر الذين يتناولون الأكل الجاهز عند رغبة الأبناء.

وهذا الغذاء في نظر بعض الأسر صحي وفي نظر البعض الآخر من الأسر فهو أكل غير صحي ومضر بصحة الأفراد وهناك من أكد بأنهم مضطرين لأكله والبعض منهم أكد أنهم يحاولون اختيار الأكل الأقرب للصحي.

ويفسر ذلك بأن ظاهرة الوجبات السريعة أصبحت في الآونة الأخيرة شيء ملفت للانتباه، وقد عملت على تغيير العادات الغذائية لدى الكثير من الأفراد وهذا ما أكدت عليه دراسة "لونيس بلعدي" بعنوان "تأثير الوجبات السريعة على العادات الغذائية عند الشباب بمدينة قسنطينة" أن الوجبات السريعة عملت على تغيير العادات الغذائية في مختلف مدلولاتها الاجتماعية

والاقتصادية والصحية والثقافية لفئة الشباب<sup>1</sup> وهذا ما يتنافى مع الدراسة الحالية التي أسفرت نتائجها أن معظم الأسر لا يتناولون هذا الأكل إلا في وقت الضرورة أو من قبيل التغيير في أوقات معينة أو عند الخروج من المنزل وربما يعود الاختلاف في النتائج إلى الاختلاف في المجال المكاني الذي تمت فيه الدراسات وبالتالي للبيئة تأثير على الاختيار الغذائي للأسر، كما أن نفس النتيجة تم التوصل إليها أثناء مقابلة التلاميذ حيث أكدوا أنهم لا يتناولون الأكل إلا وقت الضرورة في حالة السفر وفي حالة مرض الأم أو خروجها.

الجدول رقم (30): يوضح إذا كان يتحدد نوع الاستهلاك حسب المنطقة التي تنتمي إليها الأسرة

النسبة	التكرار	في حالة الاجابة ب نعم كيف ذلك	النسبة	التكرار	الفئات
%40	20	استهلاك ما هو متوفر في المنطقة وحسب تقاليدها.	%50	50	نعم
%46	23	حسب ما هو معتاد عليه بالمنطقة.			
%10	05	مثلا كنا نأكل السمك كثيرا والآن لا.			
%04	02	الفرد ابن بيئته بصفتي من ولاية الشرق نستهلك كثيرا العجائن والحبوب.			
%100	50	المجموع			
			%50	50	لا
			%100	100	المجموع

من خلال القراءة الاحصائية للجدول أعلاه الذي يوضح إذا كان يتحدد نوع الاستهلاك حسب المنطقة التي تنتمي إليها الأسرة يتبين أن نسبة (50%) من الأسر الذين أكدوا أن الاستهلاك لديهم يتحدد من خلال المنطقة التي ينتمون إليها وذلك حسب مبررات المبحوثين التي تعود إلى أنهم يستهلكون ما هو متوفر لديهم بالمنطقة وحسب تقاليدها وذلك لأن الفرد ابن بيئته بينما البعض منهم أكدوا بأنهم كانوا يتناولون السمك كثيرا والآن لا يتناولونه وهذا راجع إلى أنهم كانوا يسكنون بمنطقة يتوفر بها السمك كثيرا و بضمن مقبول بينما إنتقلوا للسكن في منطقة ورقلة وهي لا يتوفر فيها السمك بكثرة مع غلاء ثمنه، بينما قدرت نفس النسبة بالنسبة للأسر الذين لا يتحدد الاستهلاك لديهم حسب المنطقة التي ينتمون إليها، وذلك يعود ربما لحركة تنقل البضائع، حيث أصبحت السلع الاستهلاكية تنتقل وتشابه في أغلب المناطق.

ويعود ذلك إلى أن الاستهلاك يرتبط بالمنطقة وعاداتها لأن العادات الغذائية وثقافة الاستهلاك تعكس ثقافة المجتمع الذي تنتمي إليه الأسرة من خلال ما يتوفر فيها من موارد طبيعة وموارد استهلاكية، وهذا يؤكد وجود تنوع في الثقافة الغذائية بتنوع المناطق. وهذا ما يتقارب مع نتائج دراسة الطالب "لونيس علي" التي أكدت أنه تحت تأثير العوامل الثقافية قد يستهلك الفرد سلع أو خدمات عندما يكون في منطقة غير التي يسكنها، والتي ربما لا يستهلكها عندما يكون في المنطقة الأصلية التي يسكنها.<sup>2</sup>

1 - لونيس بلعبيدي، مرجع سبق ذكره، ص279.

2 - المرجع نفسه، ص285.

الجدول رقم (31): يوضح إذا كانت الأم تحضر الخبز بالبيت

النسبة	التكرار	في حالة الاجابة ب دائما وأحيانا مكوناته هي	النسبة	التكرار	التعلييل	النسبة	التكرار	الفئات
%85	70	1. سميد أو فرينة، خميرة، ملح، سكر، زيت.	%43	10	لأن كل أفراد الأسرة يفضلون خبز الدار.	%23	23	دائما
%15	12	2. سميد أو فرينة، ملح، سكر، حليب، سانوج أو جلجلان.	%22	05	لأن الخبز الجاهز مضر و نحاول الابتعاد عنه.			
			%13	03	لأنني مأكنة بالبيت.			
			%22	05	لأنه اقتصادي وصحي.			
			%100	23	المجموع			
			%47	28	أشغال المنزل كثيرة ولضيق الوقت.	%59	59	أحيانا
			%29	17	لأنه المفضل لدى أفراد الأسرة.			
			%07	04	لكسر الروتين اليومي لأكل الخبز الجاهز.			
			%07	04	لوفرته جاهزا.			
			%10	06	لأنني عاملة.			
%100	82		%100	59	المجموع			
			%100	18	لانعدام الوقت ووفرته جاهز.	%18	18	أبدا
						%100	100	المجموع

يتبين من خلال الجدول أعلاه الذي يوضح إذا كانت الأم تحضر الخبز بالبيت أن الأم تحضر الخبز بالبيت أحيانا بنسبة (59%) وتعود ذلك حسب مبررات المبحوثين النسبة الأعلى إلى أن هذا الخبز يعد المفضل لدى أفراد الأسرة بينما أكد البعض الآخر من المبحوثات أن الأشغال المنزلية اليومية وكثرتها تعيقهن على اعداده يوميا، في حين أكدت البعض منهم بأن استهلاك نوع واحد من الخبز يشعر أفراد الأسرة بالملل وبالتالي لكسر الروتين تقوم بتحضيره أحيانا، بينما البعض الآخر من المبحوثات يعتبرن وفرة الخبز جاهز بالمخبزة سببا لعدم تحضيره بالبيت دائما وقد يعد عمل الأم سببا لعدم تحضيرها للخبز بصفة دائمة، تليها نسبة

(23%) من الأمهات التي تحضر الخبز بالبيت دائما ويعود ذلك حسب مبررات المبحوثين إلى أن الأم مأكثة بالبيت وبالتالي لديها الوقت الكافي لتحضيره يوميا سواء كان في وجبة الافطار أو الغذاء أو حتى في وجبة العشاء، وكذلك لكون أفراد الأسرة يفضلون تناول خبز الدار وكذلك لكون هذا الخبز اقتصادي وصحي مع تأكيد بعض المبحوثات أن الخبز الجاهز مضر بالصحة محاولين الابتعاد عنه قدر المستطاع، بينما قدرت نسبة النساء اللواتي لا تحضر الخبز بالبيت أبدا بـ (18%) ويعود ذلك لانعدام الوقت ووفرة الخبز جاهزا، وهذا ما أكدته صاحب محبزة بحج النصر عند اجراء مقابلة معه بأن الأسرة بحج النصر تستهلك الخبز بشكل غير عقلائي.

ويفسر ذلك بأن تحضير الخبز يعد من بين أشكال الفعل الاجتماعي المتوارثة من العادات والتقاليد في المجتمع الجزائري والتي مازالت مستمرة للآن إلا أنه و لجملة من التغيرات التي طرأت على المجتمع الجزائري كخروج المرأة للعمل جعل من المرأة تتخلى قليلا عن هذه العادة ولم تصبح تمارسها إلا أحيانا لكثرة انشغالها.

الجدول رقم (32): يوضح شرب المشروبات الغازية

النسبة	التكرار	التعليق	النسبة	التكرار	البدائل
100%	24	لأننا نحبه.	24%	24	دائما
100%	24	المجموع			
16	10	غير صحية.	62%	62	أحيانا
23	14	رغبة أفراد الأسرة.			
10	06	في المناسبات كالعيد.			
08	05	لوجود ضيوف.			
24	15	نعرف بأنها مضره لكنها لذيذة.			
19	12	الامكانيات تسمح لنا بشراؤها هي فقط.			
100%	62	المجموع			
100%	14	لأنها ليست صحية ومضره بالصحة.	14%	14	أبدا
			100%	100	المجموع

من خلال القراءة الاحصائية للجدول أعلاه الذي يوضح شرب المشروبات الغازية يتبين أن نسبة الأسر الذين يستهلكون المشروبات الغازية أحيانا قدرت بـ (62%) ويعود ذلك حسب مبررات المبحوثين إلى أنها تستهلكها في المناسبات كالعيد أو لوجود ضيوف بالبيت وهذا على حد قول التلاميذ "لا نشرب القازوز غير ولا جاونا ضيف ولا كانت عندنا عرضة"، بينما البعض الآخر من الأسر يرى بأنها غير صحية ومضره ولكنها لذيذة وبالتالي يستهلكونها وهناك من يستهلكها رغبة لأفراد الأسرة، وهناك من الأسر من لا تسمح لهم امكانياتهم بشراؤها إلا هي، مع العلم أن قلة الدخل الشهري وكثرة أفراد الأسرة قد لا يسمح

لبعض الأسر بشراء فواكه مثلاً وعملها كعصير، بينما قدرت نسبة الأسر الذين يستهلكون المشروبات الغازية دائماً فقدرت بـ (24%) ويعود ذلك حسب مبررات المبحوثين إلى حبهم لهذه المشروبات، أما نسبة الأسر الذين لا يشربون المشروبات الغازية أبداً قدرت بـ (14%) لأنهم يرونها ليست صحية ومضرة بالصحة.

فعلى الرغم من معرفتهم بضررها إلا أن الأسر تتناولها بصفة دائمة أو مؤقتة بسبب الدخل المادي وكذلك تأثير الإعلان الإعلامي الذي يروج لمثل هذه المنتجات، حيث تعمل وسائل الإعلام من خلال الدعاية التجارية عن طريق الإشهار على عرض منتجات غذائية كالمشروبات الغازية وتروج لها لجعل الفرد في مدينة ورقلة يستهلك هذه المشروبات ولا يتخلى عن استهلاكها رغم معرفة المضار التي قد تسببها له.

الجدول رقم (33): يوضح تشاور الأبناء مع الوالدين في شراء سلعة غذائية ما

النسبة	التكرار	الفئات
65%	65	نعم
35%	35	لا
100%	100	المجموع

يتبين من خلال الجدول أعلاه الذي يوضح تشاور الأبناء مع الوالدين في شراء سلعة غذائية ما أن نسبة الأبناء الذين يتشاورون مع والديهم قدرت بـ (65%) مقارنة مع الذين لا يتشاورون مع أوليائهم التي قدرت بـ (35%). وهذا راجع إلى أن الأسرة تعمل على مراقبة أبنائها في استهلاكهم للمواد الغذائية وذلك خوفاً من أضرارها على صحة أبنائها، كون أن لهذه المواد أخطار في حالة استهلاكها بكثرة خاصة وأنها تحتوي على المحسنات والملونات الغذائية، وكذلك كون الأبناء مازالوا صغاراً، هذا من جهة ومن جهة أخرى يمكن أن يرجع هذا التشاور إلى كون الأسرة تحاول التحكم في الميزانية وبالتالي ترأب مشتريات الأبناء لهدف مادي فقط.

ويعود السبب لعدم تشاور الأبناء مع والديهم عند شرائهم للسلع الغذائية من المحلات التجارية إلى أن الأم عاملة وبالتالي ليس لديها الوقت الكافي لمراقبتهم باعتبارها غائبة عنهم لمدة وبعد إعطاء المصروف اليومي للطفل قبل ذهابه للمدرسة من الأسباب التي قد تجعل الأسرة لا تعي ما يستهلكه أبنائها خاصة الحلويات، الباغورت، الشيبس والشكلاطة والتي تعد أكثر استهلاكاً من طرف الأبناء بمدينة ورقلة من خلال ملاحظة الباحثة للتلاميذ في المدرسة وهم يتناولونها مع تأكيدهم بأنهم يحضرونها معهم يومياً وإحدى التلميذات أكدت بأنها تشتري الباغورت والشيبس دون علم والدتها وهذا على حد قول إحدى المبحوثات "لا أسمح لهم بشرائها لأنني أعرف مضارها لكن أبنائي يشتروها دون علمي".



الجدول رقم (34): يوضح سماح الأم لأبنائها بتناول كل من رقائق البطاطا، الحلويات، البذور المملحة، البسكويت، ياغورت مع التعليل

لا		نعم		البدائل
النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	
%75	25	%75	25	رقائق البطاطا
%29	29	%71	71	الحلويات
%61	61	%39	39	البذور المملحة
%25	25	%75	75	البسكويت
%02	02	%98	98	الياغورت
%100	100	%100	100	المجموع

يتبين من خلال الجدول أعلاه الذي يوضح سماح الأم لأبنائها بتناول كل من رقائق البطاطا، البذور المملحة، البسكويت، الياغورت أن نسبة الأمهات اللواتي لا يسمحن لأبنائهن بتناول رقائق البطاطا قدرت بـ (75%) ويعود ذلك حسب مبررات الباحثين إلى أن رقائق البطاطا غير صحية وهذا حسب ما صرح به معظم التلاميذ عند إجراء مقابلة معهم "بأن أوليائهم لا يسمحون لهم بتناولها علاخاطر تسبب السرطان" وحد قول إحدى الباحثات: "لا أسمح لهم بشرائها لأنني أعرف مضارها لكن أبائتي يشتروها دون علمي"، هذا مقارنة مع اللواتي يسمحن لهن بتناولها بنسبة قدرت بـ (25%)، بينما قدرت نسبة الأمهات اللواتي يسمحن لأبنائهم بتناول الحلويات بـ (71%) وهذا حسب مبررات الباحثين يعود إلى أن الكل يتناولها في مجتمعنا، مقارنة مع اللواتي لا يسمحن لهن بتناولها والتي قدرت نسبتها بـ (29%) لأنهم يرون أن أغلبها مواد مصنعة تحتوي على مواد حافظة مضرّة بالإضافة إلى نسبة الملح والسكر العالية بها، أما بالنسبة للبذور المملحة فقد قدرت نسبة الأمهات اللواتي لا يسمحن لأبنائهم بتناولها بـ (61%) ويعود ذلك حسب مبررات الباحثين إلى أنها غير صحية وتحتوي على نسبة عالية من الملح كما صرحت إحدى الباحثات قائلة: "الله غالب قهروني وأنا لست راضية"، مقارنة مع الذين يسمحون لهم بتناولها والتي قدرت نسبتهم بـ (39%)، أما بالنسبة للبسكويت فنسبة الامهات اللواتي يسمحن لأبنائهم بتناولها قدرت بـ (75%) ويعود ذلك حسب مبررات الباحثين إلى أنها تعتبر رغبة الأبناء وحبهم لها وكذلك كونهم تعودوا عليها مقارنة مع اللواتي لا يسمحن لهم بتناولها بنسبة قدرت بـ (25%)، أما بالنسبة للياغورت فإن الأمهات اللواتي يسمحن لأبنائهم بتناوله قدرت نسبتهم بـ (98%) لأنهم يرون الياغورت مفيد للصحة مقارنة باللواتي لا يسمحن لهم بتناوله بنسبة قدرت بـ (02%)، وهذا ما أكد عليه أصحاب السويبرات في استهلاك الأسر لهذه المواد.

ونفسر ذلك في أن الأسرة بمدينة ورقلة أصبحت تتسم بثقافة استهلاكية أو كما اصطاح عليها تيودور أدورنو بالثقافة المصنعة بنسبة أكثر ولا تراعي المعايير العالمية الغذائية السليمة في تنشئة أبنائها، لذا فإن الطفل في مدينة ورقلة عند استهلاكه لهذه المواد

الغذائية الصناعية سيعاني في فترات نموه من عدم توازن في نمو جسمه مما قد ينعكس بالسلب في مراحل العمرية اللاحقة من خلال استهلاكه لمثل هذه المواد والتي تعد خطيرة لا حتوائها على مواد حافظة ومضافات غذائية وملونات غذائية وهذا ما أكد عليه الدكتور "محمد الفايد" أن هذه الملونات عبارة عن سموم تستخرج من حشرة "روج كوشنين" وهي حشرة تسحق وتباع لتلون بها المواد الغذائية وهي مادة سرطانية ممنوعة في أوروبا<sup>1</sup>، وهذا راجع إلى تأثير الإعلام على ثقافة الفرد كما أشار إليه تيودور أدورنو من خلال مصطلح صناعة الثقافة الذي جاء به، حيث أنه لما جاتتنا ثقافة الياغورت، الحلويات فإنها عملت على صناعة ثقافة تخالف الثقافة المحلية بحيث تخلت الأسرة على العديد من الممارسات لدخولها حيز الثقافة العالمية جراء انتشار النمط الاقتصادي الاستهلاكي وتسيده وكذلك نتيجة العولمة، حيث "أصبحت المنتجات الثقافية سلعة للتداول مثلها مثل أي سلعة وهذا ما عبر عنه تيودور أدورنو بقوله: "إن الثقافة لم تعد سلعا أيضا، بل سلع تماما" بحيث أصبح الأفراد متشابهين ومتماثلين في استهلاكهم لهذه المواد الغذائية وفي نفس الوقت فهي تخلق فيهم وهم الفردية الزائف وبالتالي يصبح الفرد يستهلك وفق الثقافة السائدة، فلم يعد هناك تفرقة بين الأفراد، على أساس الجنس أو موقعهم من عملية الانتاج أو مستواهم العلمي أو انتمائهم الثقافي، ونتيجة لهذا اختفى الطابع الفردي الذي يميز خصوصية الانسان، وأصبح الكل مجر على تبنى ثقافة السلع فالأفراد في حياتهم يتبعون القيم الثقافية السائدة".<sup>2</sup>

وكذلك تأثير المحيط الاجتماعي على استهلاك الأسرة لمثل هذه المواد المصنعة كونها تباع بشكل عادي في المحلات التجارية والكل يتناولها وبالتالي الفرد سيقبل أفراد مجتمعه في استهلاكهم لنفس هذه المنتجات المعروضة وبعد أيضا تأثير الرفاق على استهلاك مثل هذه المواد والتي أصبحت جماعة الرفاق كـمجال إجتماعي للتفاعل أكثر وخاصة الطفل الصغير والمراهق، وهذا ما يتماشى مع نتائج دراسة الطالب "لونيس علي" التي أكدت أن هناك علاقة هامة بين العوامل الاجتماعية و تغيير اتجاه سلوك المستهلك الجزائري، حيث أن مختلف القرارات الشرائية تعتمد في أساسها على الخلفية الاجتماعية (العادات، التقاليد، الأصدقاء، الأسرة) للفرد المستهلك من خلال الدور الذي تلعبه التقاليد و العادات الاجتماعية الموجودة في المحيط الذي يتواجد فيه الفرد المستهلك.<sup>3</sup>

1 - دكتور محمد الفايد، محاضرة مرئية: بعنوان: النظام الغذائي السليم وأثره على الصحة، تم الدخول إلى الموقع بتاريخ 2018/05/07 الساعة 10:00 مساء <https://www.youtube.com/watch?v=YbOTI5MToiY>.  
2 - شريف محمد عوض، مرجع سبق ذكره، ص 112 - 113.  
3 - لونيس علي، مرجع سبق ذكره، ص 277 - 278.

الجدول رقم (35): يوضح اثاره انتباه الأم لعرض السلع الغذائية في الإشهار

النسبة	التكرار	في حالة الاجابة ب نعم تتمثل هذه السلع في	النسبة	التكرار	البدائل
%42	25	الياغوررت، جبن، شكلاطة، بيسكويت وعصير.	%60	60	نعم
%33	20	الكسكس، القهوة، الفرينة.			
%22	13	كاوكاو ديدو وشيوواو.			
%03	02	المؤكولات الجاهزة.			
%100	60	المجموع			
			%40	40	لا
			%100	100	المجموع

يتبين من خلال الجدول أعلاه الذي يوضح اثاره انتباه الأم لعرض السلع الغذائية في الإشهار أن نسبة الأمهات اللواتي يثيرهن عرض بعض السلع الغذائية في الاشهار قدرت بـ (60%) مقارنة مع النساء اللواتي لا يثيرهن عرض هذه السلع بنسبة (40%)، وقد أجملت المبحوثات أن هذه السلع تتمثل في ياغوررت، جبن، شكلاطة، بيسكويت، عصير وكذلك الكسكس، القهوة، الفرينة وكذلك كاوكاو ديدو والشيوواو والمؤكولات الجاهزة.

ويفسر ذلك في أن تأثر الأسرة بمدينة ورقلة بالسلع المعروضة في الإشهار دلالة على التأثير الكبير لما يعرض عبر وسائل الإعلام والاتصال حيث تعمل هذه الأخيرة على تحديد ما يستهلكه الفرد بمدينة ورقلة من مواد غذائية مؤثرة في سلوكه الاستهلاكي لهذه المواد خاصة ما يعرض عبر خدمة الدعاية التجارية من خلال الترويج لمنتجاتها و تصريفها وهذا ما أكد عليه تيودور أدورنو في نظريته مجتمع الاستهلاك.

الجدول رقم (36): يوضح مسارعة الأم إلى اقتناء وتجربة المنتج الذي عرض في الإشهار

النسبة	التكرار	البدائل
%45	45	نعم
%55	55	لا
%100	100	المجموع

يتبين من خلال الجدول أعلاه الذي يوضح مسارعة الأم إلى اقتناء وتجربة المنتج الذي عرض في الاشهار أن نسبة الامهات اللواتي تسارعن في اقتناء المنتج وتجربته قدرت بـ (45%) مقارنة مع النساء اللواتي لا تسارعن لاقتنائه بنسبة (55%). والنسب متقاربة نوعا ما وبالتالي وبالتالي فإن المتغيرات الاجتماعية المتمثلة في المستوى التعليمي للأم وكذا طبيعة وظيفتها لا تؤثر كثيرا في تأثرها بالمواد الإعلانية المعروضة عبر وسائل الاعلام.

الجدول رقم (37): يوضح استهلاك الأبناء للمواد الغذائية لوحدهم أم تختارها الأم بنفسها

المجموع	النسبة			المجموع	التكرار			البدائل
	أبدا	أحيانا	دائما		أبدا	أحيانا	دائما	
%100	%35	%55	%10	100	35	55	10	1 . يقتنوها لوحدهم
%100	%21	%45	%34	100	21	45	34	2 . تختارونها بنفسك

من خلال القراءة الاحصائية للجدول أعلاه الذي يوضح استهلاك الأبناء للمواد الغذائية لوحدهم ام تختارها الأم بنفسها يتبين أن نسبة الأبناء الذين يقتنوها لوحدهم أحيانا قدرت بـ (55%) وتختارها الأم بنفسها أحيانا بنسبة قدرت بـ (45%)، تليها نسبة (35%) بالنسبة للأبناء الذين لا يقتنوها أبدا لوحدهم، في حين تختارها الأم بنفسها دائما بنسبة (34%)، بينما لا تختارها الأم بنفسها أبدا بنسبة (21%)، بينما قدرت نسبة الأبناء الذين يقتنوها لوحدهم دائما بـ (10%). وتعود النسبة الأعلى إلى أن الأبناء يفتنون المواد الغذائية أحيانا لوحدهم وتختارها الأم بنفسها أحيانا إلى أن الأبناء يستهلكون المواد الغذائية حسب رغبتهم أحيانا وكذلك أحيانا المستوى المادي للأسرة يفرض عليها مراقبة ما يفتنيه الأبناء وبالتالي تتدخل الأسرة أحيانا في اختيار نوعية السلع الغذائية التي يفتنيها الأبناء وأحيانا أخرى ونظرا لغياب الأم كونها إما عاملة أو مائكة بالبيت لا ترافق الطفل عند شراء المواد الغذائية مما يجعله يفتنيها بنفسه دون رقابة من الأولياء.

الجدول رقم (38): يوضح الشيء الذي تفرئه الأسرة في حالة شراء سلعة غذائية من المحل مع التعليل

النسبة	التكرار	التعليل	النسبة	التكرار	البدائل
%56	51	1 . خوفا من التسمم.	%75	91	1 . تاريخ انتاج ونهاية صلاحية المنتج
%06	05	2 . أهم عنصر في السلعة الغذائية.			
%22	20	3 . لوجود عدة سلع منتهية الصلاحية ومعرضة للبيع.			
%16	15	4 . لانعدام الانضباط لدى الباعة ولعدم ثقتي بهم.			
%100	91	المجموع			
%60	18	لأن هناك بعض المنتجات تحتوي على مواد تثير الحساسية كالبنديق.	%25	30	2 . مكونات المنتج
%40	12	لأن هناك بعض المنتجات تحتوي على نسبة عالية من السكر.			
%100	30	المجموع			
			%100	121	المجموع

(\*)<sup>1</sup> يتبين من خلال الجدول أعلاه الذي يوضح الشيبى الذي تقرئه الأسرة في حالة شراء سلعة غذائية ما أن معظم الأسر تقوم بقراءة تاريخ انتاج ونهاية صلاحية المنتج بنسبة تقدر بـ (75%) ويعود ذلك حسب مبررات الباحثين إلى أن تاريخ انتاج ونهاية صلاحية المنتج يعتبر أهم عنصر في السلعة الغذائية وكذلك الأسرة لا تتقن بالباعه لعدم انضباطهم كونهم يعرضون سلع منتهية الصلاحية وهي تسبب التسمم، مقارنة مع الذين يقرؤون مكونات المنتج بنسبة (25%) والذي يعود حسب مبررات الباحثين إلى أن هناك بعض المنتجات تحتوي على مواد تثير الحساسية كالبنديق وكذلك تحتوي على نسبة عالية من السكر. وعليه يمكن استخلاص أن الأسرة بمدينة ورقلة تركز على تاريخ انتاج ونهاية صلاحية المنتج وذلك لأنها تخاف من إصابة أبنائها بالتسمم جراء استهلاكهم للمواد الغذائية على عكس اهتمامها بمكونات المنتج لأنها لا تعي مكوناته أصلا رغم تأكيد بعض الأسر بأنها تقرأ مكونات المنتج والتي قدرت نسبتها بـ 25% وهذا ما أكد عليه الدكتور زبدي مصطفى رئيس المنظمة الوطنية لحماية المستهلك في حصة العايلة بعنوان السلوك الغذائي للجزائريين وعلاقته ببعض الأمراض بأنه إذا قدمنا لأي شخص منتج غذائي إقرئه وأخبرنا ماذا تأكل فإن 99% لا يدرك ماذا يقرأ لأنها رموز علمية لا ندركها وهذا يؤكد بأنه لا ندرك ماذا نأكل مع الأسف، وهذا ما أكد عليه أيضا التقرير الذي أعدته الجمعية الجزائرية للأورام السرطانية والتي ظهر فيها أن السبب الأول للارتفاع الرهيب لجميع الأمراض هو التغير الكلي للنمط الغذائي الذي يعتمد عليه الشعب الجزائري في حياتهم اليومية وأضافت أن الإضافات والمحسنات والملونات الغذائية باتت منتشرة بشكل مخيف جدا في ظل غياب المراقبة وخلص التقرير إلى أن الجزائريون لا يعرفون ماذا يأكلون.<sup>2</sup>

الجدول رقم (39): يوضح التوابل المستخدمة في الطهي

النسبة	التكرار	البدائل
85%	85	راس الحانوت، كمون أبيض، زعفران.
15%	15	لفل أسود، قرفة.
10%	10	حلبة.
100%	100	المجموع

من خلال القراءة الاحصائية للجدول أعلاه الذي يوضح التوابل المستخدمة في الطهي يتبين أن راس الحانوت، كمون أبيض، زعفران من الأكثر التوابل استخداما في الطهي بنسبة قدرت بـ 85%، تليها نسبة 15% بالنسبة لللفل الأسود والقرفة، بينما الحلبة قدرت نسبتها بـ 10%.

ونفسر ذلك إلى أن الأسرة بمدينة ورقلة تعودت على استخدام راس الحانوت، كمون أبيض، زعفران بكثرة ويعود ذلك لأنها تعتبرها تضيف نكهة خاصة على الأطباق التي تحضرها وكذلك لأن ما تعارفت عليه الأسرة منذ القدم.

1 - السؤال به أكثر من بديل وبالتالي يمكن للمبحوث اختيار أكثر من بديل.

2 - حصة العايلة، اعداد نجية ختير، قناة الجزائرية الثالثة، تاريخ البث 2018/03/16 على الساعة 10:30 مساء.

## 3.3. مناقشة نتائج التساؤل الأول:

هل تعتمد الأسرة بمدينة ورقلة في تنشئة أبنائها على ثقافة غذائية سليمة؟ وهل تنطبق هذه الثقافة مع النموذج المثالي لوزارة الصحة؟

من خلال تحليل الجداول تبين أن الأسرة بمدينة ورقلة تعي معنى التغذية الجيدة لأبنائها بنسبة قدرت بـ (42%) حيث يرونها في ذلك التوازن والتنوع بين حبوب، لحوم، عجائن، خضر، وفاكهة وهذا قد يرجع إلى التحسن في المستوى التعليمي للأسر المبحوثة الذي احتل المستوى التعليمي الجامعي النسبة الأعلى حيث قدرت عند الآباء بـ (32%) بينما قدرت بـ (52%) عند الأمهات، لكن هذه الأسر لا تطبق التغذية الجيدة في الوجبات التي تحضرها رغم مراعاتها للأكل الصحي بنسبة (54%) في إعدادها للوجبة لأبنائها مع تفضيل هذا الأخير لأكل البيت بنسبة (72%) رغم أن أغلب الأمهات عاملات وهذا دلالة على أنهن يحرصن على تقديم الأكل لأبنائهن في البيت رغم عملهن وهن يسعين لتحضير أطباق تقليدية متنوعة لأبنائهن مستخدمن زيت المائدة في الطهي بنسبة (88%) لأنه زهيد الثمن مقارنة بزيت الزيتون والأطباق الأكثر تحضيرا كانت الشخشوخة والكسكس بنسبة (44%) باعتبارها لها قيمة اجتماعية عند الجزائريين بالإضافة إلى تحضير السلطة من خس وطماطم وزيتون وخل وزيت بنسبة (45%)، والوجبة المحضرة لا تتطابق مع النموذج المثالي لوزارة الصحة الذي يوضح بأنه لا بد أن تحتوى الوجبة المحضرة على عدد من الحصص من كل مجموعة، رغم أنها لديها وعي بالأغذية التي لا نستغني عنها في فصل الشتاء والتي تمثلت في الحبوب والحمضيات بنسبة (33%) وهي فعلا تدخلها في وجباتها اليومية بكثرة طيلة هذا الفصل، مع العلم أن الأسرة لا تتبع نظام غذائي طيلة الأسبوع بنسبة قدرت بـ (44%) الذي بدوره سيضمن حصول الأفراد على قدر متساوي من الأغذية بانتظام على حسب المنتجات الغذائية الموسمية المتوفرة هذا من جهة، ومن جهة ثانية فإن الأسرة لا تراعي الترتيب السليم للأغذية فلا يكفي تنويع الأكل بل ترتيبه أيضا مهم وذلك بتفضيل أغلب الأسر ترك الفاكهة بعد تناول الوجبة بنسبة (71%) والتي من المفروض أن تتناول قبل الوجبة بساعة أو ساعتين وهي عادة تعود عليها الجزائريون منذ القدم، وكذلك الأسرة بمدينة ورقلة تفضل شرب الشاي بعد الوجبة بنسبة (70%) اعتقادا منهم أنه يساعد على الهضم لكن هذا عكس ما يؤكد مختصو التغذية وهو أن شربه بعد الوجبة يتسبب في تعطيل عملية الهضم.

أما فيم يخص وجبة الإفطار فالأسرة بمدينة ورقلة تفضل تناول قهوة وحليب معا بنسبة (83%) وتعتبرها عادة مكتسبة في المجتمع الجزائري والأفراد تعودوا عليها منذ الصغر ولم يستطيعوا تغييرها رغم معرفة البعض منهم بمضارها، وفي حالة عدم شرب الأبناء للحليب فإن الأسرة بمدينة ورقلة تفضل تعويض الحليب للطفل بمشتقات الحليب من جبن، ياغورت، بيض، اللبن الرائب بنسبة (73%) وذلك لأن الأسرة ليس لها ثقافة إطلاع على الأغذية التي بإمكانها تعويض الحليب و معظم الأسر في اعتقادها أن مشتقات الحليب تحتوى على الكالسيوم مع العلم أن التمر يحتوى على الكالسيوم والأسر لا يتناولونه إلا أحيانا بنسبة (60%).

## 4.3. مناقشة نتائج التساؤل الثاني:

هل تعتمد الأسرة بمدينة ورقلة في تنشئة أبنائها على ثقافة غذائية استهلاكية؟ وهل للأسرة وعي بما يستهلكه أبنائها؟ من خلال تحليل الجداول الخاصة بالمحور الثاني تبين أن أفراد الأسرة بمدينة ورقلة لا يفضلون تناول بعض الأغذية والتي تمثلت في بعض الخضار كاللفت، القرنبيط (الشيفلور)، جريوات، شمندر، سلق، بندراق وكذلك الذين لا يتناولون الملوخية بنسبة (20%) والأسرة لا تعود ولا تنشأ الأبناء على تناولها وهذا راجع إلى أن الأسرة تجهل القيمة الغذائية لبعض الأطعمة والتي تعتبر مهمة لبناء جسم الأبناء خاصة وإنهم في مرحلة عمرية يحتاجون إلى تغذية سليمة وصحية، بينما لا توجد أغذية كانت تتناولها الأسرة بمدينة ورقلة قبل سنوات وتم تعويضها الآن بنسبة (64%) رغم دخول صناعة الأغذية التي غزت الأسواق وبقيت محافظة على ما كانت تتناوله منذ سنوات وهي تجتمع في كل الوجبات بنسبة (35%) وهذا راجع إلى أن الأسرة بمدينة ورقلة ما زالت تحافظ إلى حد ما على عادة اجتماع الأسرة للأكل فبالرغم من انشغال أفراد الأسرة بالعمل أو الدراسة إلا أن أوقات تناول الوجبات تعتبر أوقات اللقاء والاتصال الأسري المباشر والاجتماع، وعند لقاء أفراد أسرة مدينة ورقلة فإن الأسرة تقوم بتغيير عاداتها الغذائية أيام العطل بنسبة (54%) وهذا دلالة على أن الأسرة ما زالت ترتبط نوعا ما بالعادات والتقاليد من بينها تحضير الأطباق التقليدية مضيئة عليها بعض التوابل المتمثلة في راس الحانوت، كمون أبيض، زعفران بنسبة (85%) باعتبارها أنها تعطي نكهة خاصة على هذه الأطباق، وكذلك تحضير الخبز بالبيت أحيانا بنسبة (59%) محاولة تجنب تناول الأكل الجاهز إلا وقت الضرورة في حالة السفر بنسبة (41%) وهذا ما تنافى مع دراسة "لونيس بلعدي" بعنوان "تأثير الوجبات السريعة على العادات الغذائية عند الشباب بمدينة قسنطينة" التي أكدت أن الوجبات السريعة عملت على تغيير العادات الغذائية في مختلف مدلولاتها الاجتماعية والاقتصادية والصحية والثقافية لفئة الشباب،<sup>1</sup> مستهلكنا في ذلك على حسب المنطقة التي تنتمي إليها بنسبة (50%) ونفسر ذلك في أن الاستهلاك يرتبط بالمنطقة وعاداتها لأن العادات الغذائية وثقافة الاستهلاك تعكس ثقافة المجتمع الذي تنتمي إليه الأسرة من خلال ما يتوفر فيها من موارد طبيعة وموارد استهلاكية، وهذا ما يتقارب مع نتائج دراسة "لونيس علي" التي "أكدت أنه تحت تأثير العوامل الثقافية قد يستهلك الفرد سلع أو خدمات عندما يكون في منطقة غير التي يسكنها، والتي ربما لا يستهلكها عندما يكون في المنطقة الأصلية التي يسكنها".<sup>2</sup>

والأسرة بمدينة ورقلة عموما تسمح لأبنائها بتناول الياغورت بنسبة (98%) والبسكويت بنسبة (75%) والحلويات بنسبة (71%) وهي ترى بأن الكل يتناولها و الأبناء تعودوا عليها، بينما لا تسمح لهم بتناول رقائق البطاطا بنسبة (75%) والذور المملحة بنسبة (61%) والتي تراها بأنها غير صحية، إلا أن الأسرة تجهل أن الياغورت والبسكويت والحلويات مضرة أيضا، وكذلك تستهلك أحيانا المشروبات الغازية بنسبة (62%) رغبة لأفراد الأسرة ولقلة الإمكانيات التي تسمح لهم بشرائها هي فقط، وقد يعود استهلاك هذه المواد إلى أن الكل يتناولها وتباع بشكل عادي في المحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه الفرد المستهلك وكونها معروضة على وسائل الاعلام من خلال ترويج الإشهار لهذه المواد الغذائية، ولذلك قدرت نسبة الأمهات اللواتي يثيرهن

1 - لونيس بلعدي، مرجع سبق ذكره، ص279.

2 - المرجع نفسه، ص285.

عرض بعض السلع الغذائية في الأشهر بـ (60%) وكانت هذه السلع متمثلة في الياغوررت، جبن، شكلاطة، بيسكويت وعصير بنسبة (42%)، وهن تسارعن لإقتناء المنتج وتجربته بنسبة (45%)، والأبناء يقتنون المواد الغذائية لوحدهم أحيانا بنسبة (55%) وهم يتشاورون مع والديهم بنسبة (65%) عند شرائهم واقتنائهم للسلع الغذائية، بينما تختارها الأم بنفسها أحيانا بنسبة (45%)، وهي تقوم عند اقتنائها للسلع الغذائية بقراءة تاريخ انتاج ونهاية صلاحية المنتج بنسبة (75%) وذلك لأنها تخاف من إصابة أبنائها بالتسمم جراء استهلاكهم للمواد الغذائية ولا تهتم بقراءة مكونات المنتج وحتى إن قرئت المكونات فإنها لا تدرك ماذا تقرأ.

### 5.3. النتيجة العامة للدراسة:

نستنتج أن الأسرة بمدينة ورقلة لجملة من الأسباب كخروج المرأة للعمل وتغير نمط المعيشة وظهور صناعة الأغذية ووفرة الأكل الجاهز أصبح لها نظام غذائي يمكن وصفه بنظام غذائي غير مستقر وغير منظم يتأثر في كثير من الأحيان بما تعودت عليه الأسر وما توارثته من عادات غذائية، حيث أنه بالرغم من المستوى التعليمي الجيد لكلا الوالدين في الأسرة بمدينة ورقلة إلا أنها لا تملك ثقافة غذائية سليمة رغم أن الأمهات يعين معنى التغذية الجيدة، ويعين الأغذية التي لا نستغني عنها في فصل الشتاء، ويراعين الأكل الصحي في اعدادهم للوجبة، إلا أنها لا ترتب الأغذية المتناولة بالشكل الصحيح الذي يسمح للأبناء الاستفادة من العناصر الموجودة فيها، وذلك بتفضيل أغلب الأسر ترك الفاكهة والشاي بعد الوجبة والتي من الأفضل عدم تناولها بعدها، بالإضافة إلى أنها تقدم لأبنائها في فطور الصباح قهوة وحليب والتي قد يتسبب مزجها معا أضرارا بالمعدة، وما يمكن قوله أيضا أن الأسرة لا تعي الأغذية المعوضة لأي نقص من المعادن كالسيوم أو الفيتامينات لأن ليس لها ثقافة إطلاع على مكونات الأغذية المتناولة بحيث قد تكون الأسرة تأكل بعض الأطعمة وهي لا تعي فعلا القيمة الغذائية لها وهي تتناولها لتعودها عليها.

وفي مقابل ذلك فإن الأسرة بمدينة ورقلة تجتمع للأكل في كل الوجبات وهذا راجع إلى أنها ما زالت تحافظ إلى حد ما على عادة اجتماع الأسرة للأكل رغم انشغال أفراد الأسرة بالعمل أو الدراسة إلا أن أوقات تناول الوجبات تعتبرها أوقات اللقاء والاتصال الأسري المباشر والاجتماع وتعمل الأم على تحضير أطباق تقليدية متنوعة وهذه الأطباق لها قيمة اجتماعية لدى أفراد الأسرة، مستهلكة وفق المنطقة التي تنتمي إليها وحسب العادات الموجودة داخل المحيط الاجتماعي لأن العادات الغذائية وثقافة الاستهلاك تعكس ثقافة المجتمع الذي تنتمي إليه الأسرة من خلال ما يتوفر فيها من موارد طبيعة ومواد استهلاكية كالمشروبات الغازية، الياغوررت، الحلويات، البذور المملحة والشيبس، والملاحظ هنا أن الأسرة تستهلكها بصفة دائمة أو مؤقتة رغم معرفتها بمضارها "متأثرة بما يعرض عبر وسائل الإعلام التي تعمل على عرض المواد الغذائية وتجعل الفرد يستهلكها من خلال صناعة ثقافة تسيطر بها على الأفراد من خلال ما تنتجه المؤسسات الاقتصادية وكذلك تعمل على تغيير وتحويل المنتجات الثقافية وإعادة تنظيمها من جديد كي تتلاءم مع القيم النفعية للسوق و الثقافة المصنعة هي في الحقيقة لا تشبع حاجات المستهلكين، وإنما تدفعهم إلى الاندماج في النسق الاجتماعي العام، الذي يرتبط بالثقافة السائدة، والتي تتجدد باستمرار وتندمج بالنسق العام، بحيث لا تترك لعفوية الجماهير أي أثر يذكر، وتجعلهم يتحركون في فضاء لا يستطيعون فيه تحقيق استقلاليتهم وجعلتهم أفراد مدفوعين بتبعيتهم



الاقتصادية وبشروط العمل السائدة في المجتمعات الاستهلاكية إلى الركض وراء التيار الجارف".<sup>1</sup> و يعود استهلاكهم لها إلى حبهم لها أو لرغبة الأبناء في استهلاكها كون أن الكل يتناولها في المحيط الاجتماعي بصفة عادية وهذا بدوره يجعل الأبناء يتعودون على استهلاك مثل هذه المواد والتي تضر أكثر مما تنفع لاحتوائها على مواد حافظة و محسنات غذائية والتي تظهر أضرارها على مدار سنوات كتسببها بالسرطان وغيرها من الأمراض، وهذا دلالة على أن الأفراد أصبحوا سلعة في مجتمع استهلاكي مجبرين على تبني ثقافة السلع بحيث أصبح ينظر إلى الأفراد كسلعة واحتياجاتهم كسلعة أيضا فالفرد أصبح مهددا بل خاضعا لما أسماه "جورج لوكاتش" في كتابه بعنوان "التاريخ والوعي الطبقي" بالتشبيهُ وهذا ما أشار إليه هوركهايمر وأدورنو بقولهما: "فمع تشيؤ العقل تصبح العلاقات بين الناس وعلاقة الانسان بذاته بمثابة علاقات مسعورة".<sup>2</sup>

وفي الأخير يمكن القول أن الأسرة بمدينة ورقلة تتميز بثقافة غذائية لا هي ثقافة غذائية سليمة ولا هي ثقافة غذائية استهلاكية محضة بل هي ثقافة غذائية تغلب عليها العادات والتقاليد التي توارثتها من المجتمع الجزائري متأثرة بالمحيط الاجتماعي وما يحمله من عادات غذائية بسلبياتها وإيجابياتها الموجودة به، وكذلك تأثير الأصدقاء على الفرد بمدينة ورقلة في استهلاكه لبعض المنتجات والمواد الغذائية وهذا ما يتماشى مع نتائج دراسة الطالب "لونيس علي" التي أكدت "أن هناك علاقة هامة بين العوامل الاجتماعية و تغيير اتجاه سلوك المستهلك الجزائري، حيث أن مختلف القرارات الشرائية تعتمد في أساسها على الخلفية الاجتماعية (العادات، التقاليد، الأصدقاء، الأسرة) للفرد المستهلك من خلال الدور الذي تلعبه التقاليد و العادات الاجتماعية الموجودة في المحيط الذي يتواجد فيه الفرد المستهلك"،<sup>3</sup> مع العلم أن هذه الأسر تحاول قدر الامكان توفير أغلب العناصر الغذائية لأبنائها وافادتهم بمختلف المجموعات الغذائية إلا أن الإشكال يطرح على مستوى الممارسة وطريقة تحضير وترتيب هذه الأغذية للاستفادة منها أكثر، وهو ما يدل على قلة الوعي الغذائي.

1 - شريف محمد عوض، مرجع سبق ذكره، ص112 - 113.

2 - كمال بومنيير، مرجع سبق ذكره، ص14.

3 - لونيس علي، مرجع سبق ذكره، ص277 - 278.

الخاتمة

وفي الختام نستنتج أن الأسرة في مدينة ورقلة تتميز بثقافة غذائية غير واضحة بين ما هو صحي كتنوع الأكل ومراعات الأكل الصحي في اعدادها للوجبة لأفراد أسرتها وبين ما هو غير صحي واستهلاكها كاستهلاكها للمواد الغذائية الصناعية التي تعد خطيرة على صحة الفرد لاستهلاكها المستمر وغير العقلاني.

وبناء على ما تحصلت عليه هذه الدراسة من نتائج يمكن القول أن الأسرة بمدينة ورقلة يمكن أن تقوم باتباع نظام غذائي صحي لأفراد أسرتها خاصة للأطفال والمراهقين منهم كونهم في مرحلة عمرية مهمة وهم بحاجة إلى غذاء كامل وصحي بعيدا على المواد الصناعية الغذائية المليئة بالمواد الحافظة المضرة، محاولة تجنيب الأفراد استهلاكها بشكل دائم والتحكم في ميزانية الأسرة من باب مراقبة الأبناء وما يستهلكونه من جهة ومن جهة ثانية محاولة تعويد وتنشئة الأبناء على استهلاك ما هو صحي لهم لكي يتعودوا على عادات غذائية سليمة وصحية ويقومون بنقلها لأبنائهم مستقبلا.

ونطمح أن تقوم وسائل الإعلام بتوعية المستهلك الجزائري بكل ما يستهلكه من خلال اعداد برامج وحصص من طرف مختصي التغذية لتحسيسهم بخطورة ما يستهلكونه خاصة وأن أمراض العصر سببها الأول هو الغذاء بالدرجة الأولى ونزع القناع على الجانب الجميل لما يعرض حول المواد الغذائية الصناعية عن طريق الدعاية التجارية بانها صحية وازالة الوهم الزائف الذي شكلته وسائل الإعلام لدى الفرد الجزائري وجعلته يستهلك هذه المواد دون وعي منه رغم التحسن الملحوظ في المستوى التعليمي للأسر الجزائرية.

مع التأكيد على أن بعض الأسر يجب أن تحاول إدخال بعض الأطعمة في نظامها الغذائي وتقوم بتعويد الأبناء على تناولها خاصة لأن لها فوائد على صحة الأبناء مع العلم أن بعض الخضر قد يضاف إليها المواد الكيماوية والتي قد تجعلها غير صحية. فموضوع هذه الدراسة يحتاج إلى دراسة متواصلة لأنه يعتبر موضوع جديد في الحقل السوسولوجي وكذلك لقلة الدراسات التي تناولته بالبحث خاصة وأن العصر الذي نعيشه يشهد أمراض عديدة والتي تعود أسبابها إلى ما نتناوله بالدرجة الأولى ويمكن طرح بعض النقاط التي يمكن أن تكون بداية لمواضيع جديدة وهي:

- 1 - الثقافة الغذائية في الأسرة الجزائرية للطفل المتمادرس.
- 2 - دور المدرسة في توعية الوعي الغذائي للتلاميذ.
- 3 - دور مختصي التغذية في توعية المستهلك الجزائري بخطورة استهلاكه للمواد الغذائية المصنعة، من خلال تحليل مضامين البرامج الاعلامية الموجهة للأسرة الجزائرية.
- 4 - توعية مرضى السكري بالنظام الغذائي الصحي الملائم.

# قائمة المراجع

### أولاً: القواميس:

- 1- عدنان أبو مصلح، معجم علم الاجتماع، دار أسامة للنشر ودار المشرق الثقافي، عمان، ط1، 2000.
- 2- مجد الدين محمد بن يعقوب الفيروزآبادي، قاموس المحيط، مؤسسة الرسالة، ط8، لبنان، 2005.
- 3- معجم الوسيط، مجمع اللغة العربية، مكتبة الشروق الدولية، الطبعة4، مصر، 2004.

### ثانياً: الكتب:

- 4 - الغني عماد، منهجية البحث في علم الاجتماع الاشكاليات، التقنيات، المقاربات، دائر الطليعة، بيروت.
- 5 - بلقاسم سلاطنية وحسان الجيلاني، المناهج الأساسية في البحوث الاجتماعية، دار الفجر، ط1، مصر، 2012.
- 6 - جازية كيران، محاضرات في المنهجية لطلاب علم الاجتماع، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، الجزائر، 2016.
- 7 - رشيد زرواتي، منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية (أسس علمية وتدريبية)، دار الكتاب الحديث، الجزائر، 2004.
- 8 - رمضان بسطويس، علم الجمال لدى مدرسة فرانكفورت أدورنو نموذجاً، مطبوعات نصوص 90، القاهرة، 1993.
- 9 - زينب إبراهيم العزبي، برنامج دراسة المجتمع علم الاجتماع العائلي، المستوى الأول - فصل دراسي أول، قسم علم الاجتماع كلية الآداب، جامعة بنها.
- 10 - سعيد سبعون وحفصة جرادي، الدليل المنهجي في إعداد المذكرات والرسائل الجامعية في علم الاجتماع، دار القصة للنشر.
- 11 - صلاح الدين شروخ، علم الاجتماع التربوي، دار العلوم، عنابة، 2004.
- 12 - عامر مصباح، المدخل إلى علم الأنثروبولوجيا، دار الكتاب الحديث، بدون طبعة، القاهرة، 2009.
- 13 - عفاف حسين صبحي، التربية الغذائية والصحية، مجموعة النيل العربية.
- 14 - فريدريك ايريك برونر، ترجمة سارة عادل، النظرية النقدية مقدمة قصيرة جداً، مؤسسة هنداوي للتعليم والثقافة، ط1، 2016.
- 15 - فيليب جونز ترجمة محمد ياسر خواجه، النظريات الاجتماعية والممارسات البحثية، مصر العربية للنشر والتوزيع، ط1، القاهرة، 2010.
- 16 - كمال بومنيير، النظرية النقدية لمدرسة فرانكفورت من ماكس هوركهايمر إلى أكسل هونيث، الدار العربية للعلوم ناشرون، ط1، بيروت، 2010.
- 17 - محمد عبيدات وآخرون، منهجية البحث العلمي القواعد والمراحل والتطبيقات، دار وائل للطباعة والنشر، ط2، 1999.
- 18 - محمد محمود القاسم، المدخل في العلوم الاجتماعية، دار النهضة العربية، بيروت، 1999.
- 19- مصطفى عليان رجي وعثمان محمد غنيم، مناهج وأساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2000.

20 - موريس أنجلس، ترجمة بوزيد صحراوي وآخرون، منهجية البحث العلمي في العلوم الانسانية تدريبات علمية، دار القصة، الجزائر.

### ثالثا: المجلات والمناشير:

21 - شريف محمد عوض، مقال بعنوان صناعة الثقافة في عصر العولمة وأثرها في تغيير ملامح الهوية الثقافية، المجلد الثاني، العدد 1، جامعة القاهرة، يناير 2013.

22 - مزوز بركو، التنشئة الاجتماعية في الأسرة الجزائرية الخصائص والسمات، مجلة شبكة العلوم النفسية العربية، جامعة باتنة، العدد 21-22، 2009.

### رابعا: المذكرات:

23 - بن عمارة محمد، تأثيرات أنماط البيئة في تغيير العادات الاجتماعية الغذائية، مذكرة دكتوراه، تخصص علم اجتماع البيئة، جامعة محمد خيضر، بسكرة، 2014/2015.

24 - زينب عاطف خالد وسعيد حامد يحيى، فعالية برنامج كمبيوتر في الثقافة الغذائية على التحصيل المعرفي وتنمية الوعي الغذائي والصحي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، PDF.

25 - مراد بلعيدى، تأثير الوجبات السريعة على العادات الغذائية عند الشباب بمدينة قسنطينة، مذكرة ماجستير، تخصص علم الاجتماع الحضري، جامعة منتوري بقسنطينة، 2007/2008.

26 - لونيس بلعيدى، العوامل الاجتماعية والثقافية وعلاقتها بتغير اتجاه سلوك المستهلك الجزائري، مذكرة دكتوراه، جامعة منتوري، 2006/2007.

### خامسا: مواقع الكترونية:

27 - [www.wikipedia.com](http://www.wikipedia.com) تم الدخول إلى الموقع بتاريخ 2018/01/23 على الساعة 14:30 مساء.

28 - حصة العايلة، معدة البرنامج نجية ختير، قناة الجزائرية الثالثة، تاريخ لبث 2018/03/16 على الساعة 10:30 مساء.

29 - محمد الفايد، محاضرة مرئية: بعنوان: النظام الغذائي السليم وأثره على الصحة، تم الدخول إلى الموقع بتاريخ 2018/05/07 على الساعة 10:00 مساء

<https://www.youtube.com/watch?v=YbOTl5MToiY>

30 - محمد الفايد، فيديو بعنوان: مخاطر القلي بزيت الزيتون، تم نشر الفيديو بتاريخ 2017/10/23، تم الدخول إلى الموقع بتاريخ 2018/05/08 على الساعة 15:30 مساء

<http://www.youtube.com/watch?v=lzUbusMVfCO>

## الملاحق

ملحق رقم (01): الاستبيان

ملحق رقم (02): دليل مقابلة مع التلاميذ.

ملحق رقم (03): دليل مقابلة مع أصحاب المحلات التجارية (السوبرات) وصاحب المخبزة.

ملحق رقم (04): النموذج المثالي لوزارة الصحة.



جامعة قاصدي مرباح ورقلة  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علم الاجتماع والديمقراطية



شعبة علم الاجتماع  
تخصص: علم الاجتماع التربوي

استمارة (الاستبيان)

أعزائي الأولياء ...

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته أما بعد :

أوجه لكم أطيب التحيات، أنا طالبة تخصص علم الاجتماع التربوي في إطار انجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر أكاديمي تحت عنوان "الثقافة الغذائية في الأسرة الجزائرية" نود أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة التي تضم مجموعة من الأسئلة لغرض جمع المعلومات اللازمة للبحث العلمي لاستكمال هذه الدراسة.

متأملين منكم قراءتها والإجابة عن الأسئلة بكل موضوعية وذلك بوضع علامة (X) على الإجابة الصحيحة علما أن هذه البيانات والمعلومات التي ستصرحون بها ستبقى سرية ولا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي فقط.



## المحور الأول : البيانات الشخصية

1 - السن:

الأب: ..... الأم: .....

2 - المستوى التعليمي :

الأب: بدون المستوى  ابتدائي  متوسط  ثانوي  جامعي

الأم: بدون المستوى  ابتدائي  متوسط  ثانوي  جامعي

3 - نوع العائلة : ممتدة (أب وأم وجد أو جدة وعم أو عمّة)  نووية (أب وأم وأولاد فقط)

4 - الوضعية المهنية :

الأم : مائكة بالبيت  عاملة  متقاعدة

الأب: بطل  عامل  متقاعد

5 - عدد أفراد الأسرة: .....

6- إلى أي فئة ينتمي الأجر الشهري؟

1 - من مليون سنتيم إلى خمسة ملايين

2 - من خمسة ملايين سنتيم إلى 10 ملايين سنتيم

3 - أكثر من 10 ملايين سنتيم

7 - من أين تقتني سلعتك الغذائية؟

السوق اليومي  السوق الأسبوعي  المحل التجاري  محل الحي  أخرى تذكر.....

8 - كم مرة تقوم فيها بعملية التسوق؟

مرة في اليوم  مرة في الأسبوع  مرة في الشهر

## المحور الثاني : تنشئة الأبناء على ثقافة غذائية سليمة

9 - بماذا تتميز التغذية الجيدة في نظرك؟ .....

10 - هل لديكم نظام غذائي متبع طيلة الأسبوع ؟ نعم  لا  أحيانا

.....في كلتا الحالات لماذا؟

في حالة الاجابة بـ نعم فيما يتمثل هذا النظام الغذائي المتبع ؟

.....

11 - ماذا تناولوا عادة بعد وجبة الغداء أو العشاء؟

1. فاكهة  2. السلطة  3. الشاي  4. أخرى تذكر .....

12 - ما هو الشيء الذي تراعيه في إعدادك للوجبة لأبنائك؟

أكل صحي  شكل الوجبة  ذوق الوجبة

13 - ماذا تتناولون في فطور الصباح عادة؟

قهوة وحليب معا  شاي  حليب فقط  قهوة فقط  أخرى تذكر.....  
لماذا؟.....

14 - ما هي الأغذية التي لا نستغني عنها في فصل الشتاء؟

.....

15 - ما هي الأطباق التقليدية التي تحضرونها؟

ومتى يتم تحضيرها؟.....

16 - كيف ترتبون تناولكم لهذه المكونات سلطة، لحم، خضر، فواكه، سواحل. رقمها من 01 إلى 05؟

1.....2.....3.....4.....5.....

17 - هل يفضل أبنائك أكل البيت؟ نعم  لا

في حالة الاجابة بـ لا لماذا؟.....

18 - هل يمكن شرب الشاي: قبل الوجبة  مع الوجبة  بعد الوجبة

لماذا؟.....

19 - إذا كان طفلك لا يحب شرب الحليب بماذا تعوضينه؟

.....

20 - كيف تفضلين طهي الخضر :

بسلقها في الماء  طهيها على البخار  قليها في الزيت  مع الوجبة

ولماذا؟.....

21 - عند إعدادكم للسلطة من ماذا تتكون عادة؟

.....

22 - هل تتناولون التمر: أحيانا  دائما  أبدا

لماذا؟.....

23 - ما هو الزيت الذي تستعملينه في الطهي؟

زيت المائدة  زيت الزيتون  زيت آخر .....

24 - هل تفضلين في اختيار اللمجة:

1 - اعطاء النقود للإبن ويختارها بنفسه

2 - تحضيرها بنفسك

إذا كنتي تحضريها على ماذا تحتوي الممجة عادة؟.....

### المحور الثالث: تنشئة الأبناء على ثقافة غذائية إستهلاكية

25 - ما هي الأطعمة التي لا يأكلها أفراد أسرتك؟

.....

26 - ما هي الأغذية التي كنتم تتناولونها قبل سنوات وتم تعويضها الآن؟

.....

27 - ما هي الأوقات التي تجتمعون فيها للأكل؟

أثناء وجبة الفطور  الغذاء  العشاء  في كل الوجبات

28 - هل تختلف عاداتكم الغذائية أيام العطل؟ نعم  لا

..... لماذا؟

29 - متى تتناولون الأكل الجاهز من المطاعم؟

..... وهل هذا الغذاء صحي في نظركم؟

30 - هل يتحدد نوع الاستهلاك لديك حسب المنطقة التي تنتمون إليها؟ نعم  لا

..... في حالة الاجابة بنعم كيف ذلك؟

31 - هل تحضرين الخبز بالبيت؟ دائما  أحيانا  أبدا

..... لماذا؟

إذا كانت الاجابة بدائما أو أحيانا ماهي مكوناته؟

32 - تشربون المشروبات الغازية: دائما  أحيانا  أبدا

..... ولماذا؟

33 - هل يتشاور أبنائك معك عندما يريدون شراء سلعة غذائية ما؟ نعم  لا

34 - هل تسمحين لأبنائك بتناول:

1 - رقائق البطاطا (شيبس) نعم  لا

2 - الحلويات نعم  لا

3 - البذور المملحة نعم  لا

4 - البسكويت نعم  لا

5 - ياغورت نعم  لا

ولماذا؟.....

35 - هل يثير انتباهك عرض السلع الغذائية في الاشهار؟ نعم  لا

في حالة الإجابة بـ نعم ما هي هذه السلع؟.....

36 - إذا شاهدتي منتج عرض في الإشهار هل تسارعين إلى إقتناؤه وتجريبه؟ نعم  لا

37 - أثناء استهلاك أبنائك للمواد الغذائية:

1 - يفتنونها لوحدهم. دائما  أحيانا  أبدا

2 - تختارها بنفسك. دائما  أحيانا  أبدا

38 - إذا اشترت سلعة غذائية ما من المحل ماهو الشيء الذي تقرئينه في هذه السلعة هل تقرئين :

1 - تاريخ انتاج ونهاية صلاحية المنتج

2 - مكونات المنتج مكونات

ولماذا؟.....

39 - ما هي التوابل المستخدمة في الطهي؟

.....

## دليل المقابلة مع التلاميذ

- 1 - ما أصلكم الجغرافي؟
- 2 - هل والدتك عاملة؟
- 3 - ماذا تتناولون عادة في فطور الصباح؟
- 4 - هل تقوم بإحضار لحة معك إلى المدرسة؟ إذا كانت الاجابة بنعم على ما تحتوي هذه اللحة؟
- 5 - هل يعطيك والديك مصروف يومي؟ إذا كانت الاجابة بنعم كم يبلغ هذا المصروف؟ وماذا تشتري به؟ وهل يعلم والديك بماذا تشتري بهذا المبلغ؟
- 6 - ماذا تتناولون في وجبة الغذاء والعشاء؟
- 7 - ما هو ترتيبكم لهذه المكونات: لحم، سلطة، وجبة، فواكه؟
- 8 - هل تشربون المشروبات الغازية؟
- 9 - ماذا تتناولون أيام العطل؟
- 10 - كم مرة في الأسبوع تتناولون البيض؟
- 11 - كم مرة في الأسبوع تتناولون الأكل الجاهز من المطاعم؟
- 12 - في حالة وجدت غذاء أو عشاء لا تفضل تناوله ماذا تفعل؟
- 13 - هل تفضلون أكل الخبز التي تعمله أمك بالبيت أم تفضلون الخبز الجاهز؟
- 14 - إذا ذهبت مع أحد والديك إلى المحل التجاري ماذا يحضروا منه من مقتنيات غذائية عادة؟
- 15 - هل تتناولون التمر؟ إذا كانت الاجابة بنعم متى تتناولونه؟

دليل المقابلة مع أصحاب المحلات التجارية (السوبرات) وصاحب المخبزة:

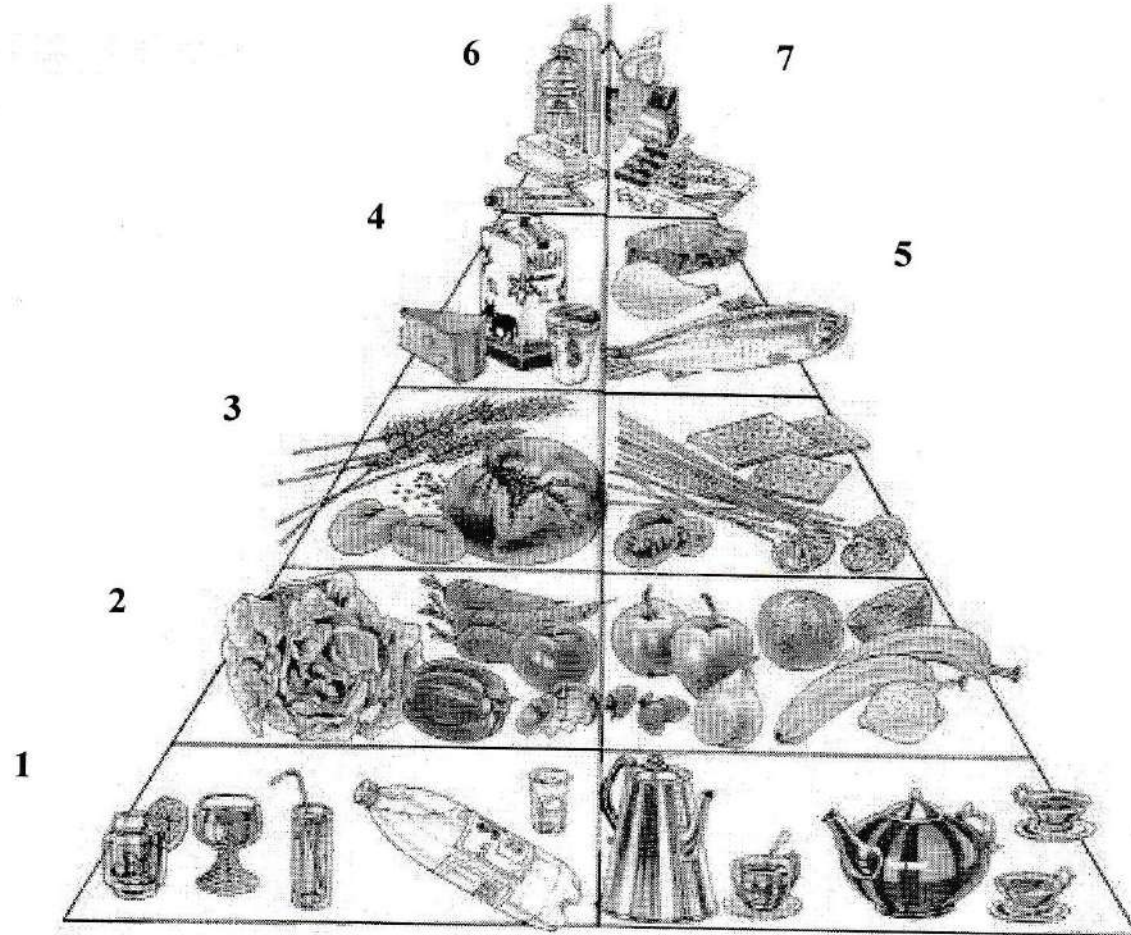
➤ دليل المقابلة مع أصحاب المحلات التجارية (السوبرات):

- 1 - ما هي المواد الغذائية الأكثر استهلاكاً من طرف الأسرة القاطنة بحي النصر.
- 2 - هل يقتني بعض هذه المواد (شيبس، شكلاطة، ياغورت، حلويات، البذور المملحة) الأولياء لأبنائهم أم يقتنيها الأبناء بأنفسهم؟

➤ دليل المقابلة مع صاحب المخبزة:

- 1 - كيف تقيم استهلاك الأسر بحي النصر للخبز؟

## النموذج المثالي لوزارة الصحة



## *Les grandes familles d'aliments.*

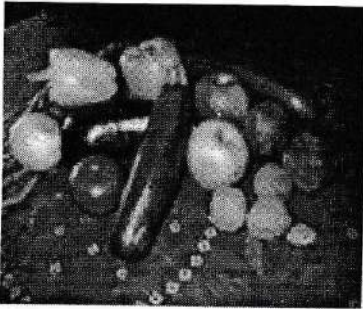
Les aliments qui constituent l'alimentation de l'Homme peuvent être classés en 7 groupes selon leur composition chimique.

**Groupe 1 :** L'eau, les liquides et les boissons.



Toutes les boissons apportent l'eau, les ions minéraux et les oligo-éléments nécessaires au fonctionnement des cellules. Le corps humain est constitué de plus de 60 % d'eau. Il faut boire plusieurs fois par jour, même au-delà de l'envie de se désaltérer, en fonction des pertes liées au climat et de l'activité physique. Il faut veiller à ne pas consommer trop de boissons sucrées.

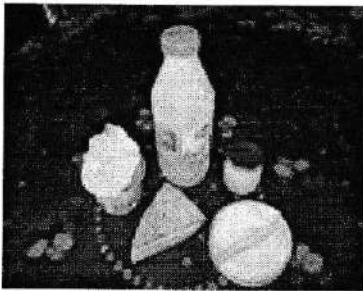


**Groupe 2 :****Les fruits et les légumes frais.**

Ces aliments frais sont riches en eau, en minéraux et oligo-éléments, en vitamines et en fibres alimentaires. La vitamine C est un antioxydant qui permet de lutter contre le vieillissement cellulaire. Ils ont une assez faible valeur énergétique : pauvres en graisses, leur teneur en sucres est variable. En raison de leurs qualités nutritionnelles, ils doivent être présents à chaque repas et il est conseillé de les diversifier au maximum.

**Groupe 3 :****Les pains, les céréales, les féculents, les légumes secs.**

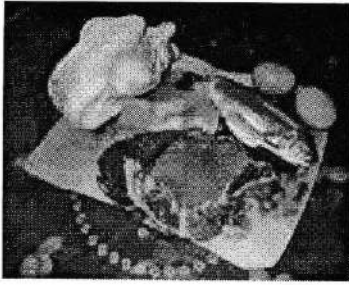
Appartiennent à ce groupe les pains, les céréales, les féculents (pommes de terre, riz, pâtes, semoules...) et les légumes secs (pois, haricots, lentilles...) Ces aliments riches en sucres lents ont une bonne valeur énergétique avec l'amidon et contribuent aussi aux apports en fibres alimentaires, en vitamines B, en minéraux (fer et magnésium.) Ils doivent être présents à tous les repas en quantité suffisante car ils assurent la couverture des besoins énergétiques sur le long terme, en évitant « les coups de pompe ».

**Groupe 4 :****Le lait et les produits laitiers.**

Ce groupe englobe tous les produits lactés comme le lait, la crème et les yaourts ainsi que les fromages. Ces aliments apportent des protéines essentielles, des graisses animales, du calcium, du phosphore, des vitamines liposolubles. Ces aliments doivent être présents à chaque repas notamment pour les enfants en pleine croissance et les personnes âgées. La valeur énergétique, la quantité de vitamines, la teneur en protéines dépendent de la technologie utilisée pour leur préparation.



**Groupe 5 :** Les viandes, les poissons, les œufs.



Les aliments de ce groupe sont principalement riches en protéines animales et en acides aminés essentiels. Ils fournissent aussi du fer indispensable à la synthèse de l'hémoglobine et à l'intégrité du système immunitaire, de la vitamine B12 et des oligo-éléments. Il ne faut pas en consommer trop car ils contiennent aussi des graisses, susceptibles d'augmenter les risques d'apparition de maladies cardio-vasculaires.

**Groupe 6 :** Les matières grasses



Dans ce groupe on classe les huiles, le beurre, les margarines, le saindoux, la crème. Ce sont des aliments riches en énergie à gérer avec parcimonie qui fournissent les lipides et les acides gras essentiels ainsi que les vitamines A, D, et E liposolubles indispensables au bon fonctionnement du système nerveux et au bon fonctionnement des cellules. Il ne faut pas abuser des matières grasses en raison des risques de maladies cardio-vasculaires.

**Groupe 7 :** Les produits sucrés



A la pointe de la pyramide on trouve des aliments non indispensables mais que l'on mange pour le plaisir. Ce groupe comprend les boissons sucrées, Les pâtisseries, les biscuits, les bonbons, le miel, la confiture, le chocolat. Tous ces aliments sont très riches en calories et contiennent des sucres rapides, qui fournissent à l'organisme de l'énergie rapidement disponible. Ils ne sont pas indispensables, même s'ils procurent beaucoup de plaisir aux gourmands.

## ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على الثقافة الغذائية في الأسرة الجزائرية، من خلال طرح التساؤل الرئيسي التالي: ما نوع الثقافة الغذائية التي تعتمدها الأسرة بمدينة ورقلة؟ ومنه يتفرع التساؤلات الفرعية التالية:

1. هل تعتمد الأسرة بمدينة ورقلة في تنشئة أبنائها على ثقافة غذائية سليمة؟ هل تنطبق هذه الثقافة مع النموذج المثالي لوزارة الصحة؟
2. هل تعتمد الأسرة بمدينة ورقلة في تنشئة أبنائها على ثقافة غذائية إستهلاكية؟ وهل للأسرة وعي بما يستهلكه أبنائها؟

وللإجابة على هذه التساؤلات اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة على المنهج الوصفي بتطبيق أداة الاستمارة المكونة من ثلاث محاور والمقابلة، على عينة احتمالية طبقية شملت على 100 تلميذ بابتدائية شنين مرجان وابتدائية 19 مارس 1962 بحي النصر، وبعد الإثراء النظري والدراسة الميدانية توصلت الدراسة إلى النتيجة العامة التالية:

أن الأسرة بمدينة ورقلة تتميز بثقافة غذائية لا هي ثقافة غذائية سليمة ولا هي ثقافة غذائية استهلاكية محضة بل هي ثقافة غذائية تغلب عليها العادات والتقاليد التي توارثتها من المجتمع الجزائري متأثرة بالمحيط الاجتماعي وما يحمله من عادات غذائية بسلبياتها وإيجابياتها الموجودة به وكذلك تأثير الأصدقاء على الفرد الورقلي في استهلاكه لبعض المنتجات والمواد الغذائية، مع العلم أن هذه الأسر تحاول قدر الامكان توفير أغلب العناصر الغذائية لأبنائها وافادتهم بمختلف المجموعات الغذائية إلا أن الاشكال يطرح على مستوى الممارسة وطريقة تحضير وترتيب هذه الأغذية لأكثر استفادة منها، وهو ما يدل على قلة الوعي الغذائي.

## الكلمات المفتاحية:

الأسرة الجزائرية - الثقافة الغذائية - الثقافة الغذائية السليمة - الثقافة الغذائية الاستهلاكية.

## Summary of the study:

This study aimed to identify the food culture in the Algerian family by asking the following main question:

What kind of food culture does the family adopt in Ouargla? The following sub-questions are divided:

Does the family in the city of Ouargla depend on the education of their children to a healthy food culture?

Does this culture apply to the ideal model of the Ministry of Health?

2 Does Ouargla's family depend on their children's education in food culture? Is the family aware of what their children consume?

To answer these questions relied on this study, the descriptive approach of the application form consisting of three axes and the corresponding tool, on a probabilistic sample class included 100 students Baptdaiah Scheinin Marjan primary 19 March 1962 district Al Nasr, after the enrichment of the theoretical and field study, the study reached the following general result:

The family in Ouargla is characterized by a culture of food is neither healthy food culture nor the food culture of pure consumption but a food culture dominated by the customs and traditions that are transmitted from the Algerian society affected by the social environment and the importance of Bmyatea and positive eating habits in this as well as the impact of friends on the individual in Ouargla the consumption of certain food products, knowing that these families try as much as possible to provide most of the nutrients to their children and their proofs in various food groups, but forms increases the level of practice and how to prepare and organize these foods Many benefit, which shows the lack of food awareness.