

## المستخلص

# تقييم أساليب الأسرة السعودية في تعديل السلوكيات الغذائية اليومية للأبناء في ضوء الأسس التربوية

ليلى بندر الثعلي

إشراف الدكتورة: إيناس عبيدالله سرور

يتناول هذا البحث مشكلة كفاءة الأساليب المستخدمة من قبل الأسرة لتعديل السلوكيات الغذائية اليومية للأطفال. ويهدف البحث إلى الكشف عن الأساليب التي يتبعها المشرفون على تغذية الطفل لتعديل تلك السلوكيات ومدى استنادها على الأسس التربوية المعترف بها.

وتم تطبيق البحث باستخدام المنهج الوصفي، واستخدمت الباحثة استبانة تم تطبيقها على ٤٥١ ممن يشرف على تغذية الأطفال من سن (٦-٩) سنوات، وذلك للكشف عن السلوكيات الغذائية الخاطئة لدى الأطفال، وعن الممارسات التي يتبعها المشرف على تغذية الأطفال بالأسرة لتعديل هذه السلوكيات. حيث تم اختيار الأشخاص من مختلف المستويات التعليمية في مدينة جدة. وتم اختيار العينة بطريقة العينة القصدية بالإضافة إلى عينة كرة الثلج.

وأظهرت النتائج الى أن ٤ من السلوكيات الغذائية اليومية الخاطئة كانت تمارس من قبل أطفال العينة بنسبة تزيد عن ٦٠% كما يراها المشرفون وتتمثل في: (١) الإصرار على استخدام الأيادي والأجهزة الذكية أثناء تناول الطعام. (٢) تناول المشروبات الغازية والعصائر المحلاة. (٣) الامتناع عن تناول وجبة الافطار. (٤) تناول الوجبات الخفيفة غير الصحية لأكثر من مرتين في اليوم.

وقد أوضح تحليل النتائج أيضاً أن من الأساليب الأكثر انتشاراً لتعديل سلوكيات الأطفال الغذائية أسلوب الإيجاب، ويليه أسلوب التعزيز السلبي، بينما حصل أسلوب القدوة و أسلوب الحوار على المراتب الأخيرة.

وبينت النتائج وجود علاقة إيجابية قوية بين استخدام أسلوب الإيجاب والتحفيز السلبي من قبل المشرفين على تغذية الأطفال وممارسة الأطفال للسلوكيات الغذائية اليومية الخاطئة. وقد خلص البحث بشكل عام الى أن بعض المشرفين على تغذية الأطفال يضعف استنادهم على أسس تربوية صحيحة لتعديل سلوكيات الأطفال الغذائية.

وخلصت الباحثة الى توصيات تضمنت ضرورة حرص المشرفين على تغذية الطفل على تجنب استخدام الأطفال للأجهزة الذكية في الوقت المخصص لتناول الطعام. كما أوصت الباحثة بتقديم برامج إرشادية لمن يقومون بالإشراف على تغذية الأطفال لزيادة الثقافة التربوية الغذائية، ومساعدتهم في إتباع أساليب توعوية فعالة لتعديل سلوكيات الأطفال الغذائية اليومية.

## **Abstract**

# **Evaluating the Educational Foundations of Saudi Family Methods in Modifying Children's Daily Eating Behavior**

**Layla Bander Althaly**

**Supervised By**

**Dr. Enas Obaidullah Sarour**

This research deals with the the problems of inefficient methods used by families to modify their children's daily eating behaviors. The research aims at uncovering the used modification styles applied by those who supervise the children eating behavior in the family and the extent to which these styles are based on recognized educational principles .

The research followed the descriptive approach applying an electronic questionnaire on a sample of 451 family members who are responsible for eating behaviors of children between the ages of 6 and 9 years old. The sample was selected from families with different educational levels in the city of Jeddah. The selection was based on purposive and snowball sampling .

The results showed that 60% of the children's samples performing at least four wrong daily eating behaviors. These behaviors are: 1) Insisting on using the ipad and smart devices while eating, 2) drinking soft drinks and sweetened juices, 3) refraining from eating breakfast meals, and 4) eating unhealthy snacks more than twice a day.

The analysis of the results also showed that the most prevalent method of modify children's undesired daily eating behaviors is force-feeding method then the negative reinforcement method, while the model method and negotiation method ranked the least. The results showed a strongly positive correlation between both force-feeding method and negative reinforcement method used by the nutrition supervisors and the undesired daily eating behaviors among children. The research generally concluded that the majority of nutrition supervisors rarely on appropriate methods to modify children's nutritional behaviors.

The research recommendations urge parents and child nutrition supervisors in the family to control children's use of smart devices while eating. The research also recommends providing guidance programs to the nutrition supervisors to increase their nutritional knowledge, and acquaint them with the effective methods to modify their children's daily eating behaviors.