
الوعي بترشيد استهلاك الغذاء وعلاقته بالمنفق علي الوجبات السريعة لدي طلاب الجامعة*

إعداد

أ.د/ الحسيني رجب ربحان
أستاذ إدارة المنزل بقسم الاقتصاد المنزلي
كلية التربية النوعية – جامعة المنصورة

أ.د. /ربيع محمود علي نوفل
أستاذ ورئيس قسم إدارة المنزل والمؤسسات
كلية الاقتصاد المنزلي – جامعة المنوفية

م/ سلوى محمد علي عيد
المعيدة بقسم الاقتصاد المنزلي
كلية التربية النوعية – جامعة المنصورة

د/ فاطمة محمد الزمرمي
مدرس التغذية بقسم الاقتصاد المنزلي
كلية التربية النوعية – جامعة المنصورة

مجلة بحوث التربية النوعية - جامعة المنصورة
عدد (٣٠) - أبريل ٢٠١٣

* بحث مستل من رسالة ماجستير

الوعي بترشيد استهلاك الغذاء وعلاقته بالمنفق

علي الوجبات السريعة لدى طلاب الجامعة

إعداد

أ.د/ الحسيني رجب ربحان**

أ.د. / ربيع محمود علي نوفل*

م/ سلوى محمد علي عيد****

د/ فاطمة محمد الزمزمي***

ملخص البحث:

كان الهدف من الدراسة الحالية التعرف علي العلاقة بين مدي وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء و أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة وذلك من خلال دراسة العلاقة بين وعي ربات الأسر عينة الدراسة بترشيد استهلاك الغذاء وأسلوب الأبناء طلبة الجامعة في الإنفاق على الوجبات السريعة وبعض المتغيرات (حجم الأسرة ، عمر ربة الأسرة ، عمر الطالب، وقيمة المصروف الشهري ، ونسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة، المستوى التعليمي لربة الأسرة وقيمة الدخل الشهري للأسرة و نسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة) ، الكشفي عن الفروق في وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء وأسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة) تبعاً لعمل ربة الأسرة والمستوي التعليمي لربة الأسرة وفئات الدخل الشهري للأسرة و نسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة.

تم تطبيق الدراسة علي ٢٨٠ طالب جامعة وأمهاتهم ذكور ،إناث في كل من الريف والحضر من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة وتضمنت عينة الدراسة محافظة المنصورة بطريقة صدفية غرضيه وقد اشتملت أدوات الدراسة علي كتيب يتكون من استبانة لوعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء ،استبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة بالإضافة إلي استمارة البيانات الأولية للأسرة ، استمارة البيانات الخاصة بطلاب الجامعة .

وكان من أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء و أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات في مجموع استبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء عند مستوى دلالة ٠,٠٥ لصالح ربات الأسر

* أستاذ ورئيس قسم إدارة المنزل والمؤسسات كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة المنوفية

** أستاذ إدارة المنزل بقسم الاقتصاد المنزلي كلية التربية النوعية - جامعة المنصورة

*** مدرس التغذية بقسم الاقتصاد المنزلي كلية التربية النوعية - جامعة المنصورة

**** المعيد بقسم الاقتصاد المنزلي كلية التربية النوعية - جامعة المنصورة

العاملات ، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة أبناء ربات الأسر العاملات وغير العاملات في مجموع أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة ، ووجود وجد تباين دال إحصائيا بين عينة الدراسة في وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء بمحورية تبعاً لمستوي تعليم ربة الأسرة عند مستوى دلالة ٠,٠٥ لصالح ربات الأسر ذات المستوى التعليمي الأعلى ، ووجود تباين بين عينة الدراسة في أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة تبعاً لفئات الدخل الشهري عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ لصالح الدخل الشهري المنخفض ، ووجود تباين دال إحصائيا بين طلاب الجامعة عينة الدراسة في إجمالي عبارات أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة تبعاً لنسبة إنفاقهم علي الوجبات السريعة عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ لصالح الطلاب الذين ينفقون ٧٥% فأكثر علي الوجبات السريعة .

Awareness of the Rationalization of Food Consumption And Its Relationship to Fast Food Expenditure Among University Students

Abstract:

The aim of the present study to identify the relationship between the extent of awareness of heads of household rationalization of consumption of food and way of spending their children university students on fast food, through the study of the relationship between the consciousness of women heads of household sample survey rationalization of consumption of food and style of children's university students in spending on fast food and some of the variables (family size, age of heads of household, age of the student, and the value of monthly expenses, and the proportion of spending on fast food, the educational level of heads of household and the value of monthly household income and spending on fast food), to detect differences in the consciousness of heads of household rationalization of consumption of food and style of spending their children university students on the fast-food) depending on the work of the goddess of the family and the educational level of heads of families and categories of monthly household income and proportion of spending on fast food.

Been applied study on 280 university students and their mothers males, females in both rural and urban levels of different socio-economic and included the study sample Mansoura way psoriasis object-, included tools of the study on the booklet consists of a questionnaire to the awareness of heads of household rationalization of food consumption, questionnaire method of spending their children university students on fast food in addition to form the initial data of the family, form data for university students .

The most important findings of the study and a correlation positive correlation between awareness of heads of household rationalization of consumption of food and way of spending their children university students on the fast food at 0.05 level, and the existence of significant differences statistically between the heads of households of women workers and unemployed in the total questionnaire the awareness of the goddess Family

rationalization of consumption of food at the 0.05 level for heads of households of women workers, and the lack of significant differences statistically between the students of the university children heads of households of women workers and unemployed in the total way of spending their children university students on fast food, and the existence of a discrepancy is found statistically significant between the study sample in the consciousness of heads of household rationalization of the food consumption of the centrality of depending on the level of education of heads of families at the 0.05 level in favor of female heads of households with educational level up, and the existence of a discrepancy between the study sample in the way of spending their children university students on the fast food according to the categories of monthly income at the level of significance 0.001 for monthly income low , And the presence of statistically significant differences between university students in the total study sample phrases children approach college students spend on fast food according to the proportion of spending on fast food at the 0.001 level of significance for students who spend 75 percent more on fast food.

الوعي بترشيد استهلاك الغذاء وعلاقته بالمنفق

علي الوجبات السريعة لدى طلاب الجامعة

إعداد

أ.د/ الحسيني رجب ربحان**

أ.د. / ربيع محمود علي نوفل*

م/ سلوى محمد علي عيد****

د/ فاطمة محمد الزمزمي***

مقدمة ومشكلة الدراسة

يمر الفرد في حياته بمراحل نمائية متعددة ، ومن الثابت علمياً أن كل مرحلة من هذه المراحل تتأثر بما قبلها وتمهد لما بعدها - أي أن النمو عملية متصلة ومستمرة ، فالفرد يصل إلي الحياة ولديه قوي وإمكانات الحياة والنماء ، التي تستثيرها بيئته فيستجيب لها بشكل أو بآخر ليصل إلي مرحلة النضج Maturation .

والمراهقة عبارة عن مصطلح وصفي للفترة التي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعالياً وذا خبرة محدودة ويقترّب من نهاية نموه البدني والعقلي . وهي مرحلة يتطلع فيها المراهق إلي هذا العالم بعيون جديدة (الشربيني - ٢٠٠٦ : ٧٥) .

ويصف بكار (٢٠١٠ : ١٣) المراهقة علي أنها مرحلة من مراحل عديدة يمر بها الإنسان ، مادامت مرحلة ، فهي إذن مؤقتة وشيء مهم جداً أن ننظر إليها هذه النظرة ، لأن ذلك يزودنا بطاقة عظيمة علي التحمل ، كما يزودنا بالأمل والتقرب لما هو أفضل) .

والمراهقة المتأخرة تعتبر مرحلة انتقال من المراهقة المتوسطة إلي مرحلة الشباب فالرشد ، وفيها يبدأ الفرد يجرب نفسه في تحمل مطالب حياة الشباب ، وهي تقابل مرحلة التعليم الجامعي ، تمتاز هذه المرحلة بمحاولة الفرد التغلب علي المصاعب التي تواجهه ، وأهمها الدخول في الدراسة الجامعية (الهنداوي - ٢٠٠٥ : ٣٥١) .

فالشباب هم طاقة الأوطان ومستقبلها وأمة بلا مستقبل محكوم عليها بالفناء فالشباب هم عقل المجتمع ونبضه وسواعده وقد اهتمت الديانات السماوية بالشباب ورعايته وتربيته الصحيحة حتي يكون قادراً علي تحمل المسئولية وينهض بأمانة القيادة (مسلم- ٢٠٠١ : ٣٤) .

* أستاذ ورئيس قسم إدارة المنزل والمؤسسات كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة المنوفية

** أستاذ إدارة المنزل بقسم الاقتصاد المنزلي كلية التربية النوعية - جامعة المنصورة

*** مدرس التغذية بقسم الاقتصاد المنزلي كلية التربية النوعية - جامعة المنصورة

**** المعيد بقسم الاقتصاد المنزلي كلية التربية النوعية - جامعة المنصورة

والتحول في نمط حياة الفتى المراهق عندما يميل إلى التحرر من سلطة الأسرة وقضاء وقت أطول خارج البيت مع أصحابه مقارنة بفئة الطفولة ، واتساع دائرة الفهم والإدراك عنده عن الحياة والمعتقدات ، إلى تفضيله تناول الأطعمة السريعة في المطاعم التي يقدمها ، وتقوم هذه المطاعم بالتنافس في إغراء الفتى المراهق حتى أنه تم إحصاء مئات الألوف من هذه المطاعم تنتشر في المجتمعات الصناعية المتقدمة كالولايات المتحدة وأوروبا واليابان التي تقدم وجبة سريعة التحضير والتناول معقولة ورخيصة نوعاً في سعرها وفي جو اجتماعي يناسب هذه الفئة بدون قيود وتقع المطاعم السريعة على ناصيتي شارع تجارى فيه حركة أو كثافة سكانية وأصبحت الأغذية السريعة التي يتناولها الفتى في المطاعم القريبة من الجامعة أو المدرسة أو في الشارع الذي يتحول فيه عادة مع أصحابه بتشكيل نمطاً غير سليم أو غير مرغوب فيه لدى فئة المراهقين لأنها حلت محل طعام المنزل وأدى إلى إهمال لبعض وجبات الطعام (المصري - ٢٠٠٧ : ١٥٦)

وتؤكد مراد (٢٠٠٧ : ٩٠) أن المراهق يواجه مشاكل وضغوط نفسية عده قد تؤثر على نوعية غذائه .فهو قد يرفض تناول وجبة ما ليثبت شخصيته ، أو يلجأ إلى الأكل ، خاصة السكاكر ورقائق البطاطا (التشيبس). ومع اكتسابه استقلاليته تزداد نزواته مع أصدقائه ومعها الوجبات خارج المنزل ، وبالتالي فهناك أخطاء شائعة في غذاء المراهق :-

- كثرة المأكولات المقلية والتشيبس:- مذاقها الفريد يجذب المراهق ، كما أن انتشارها في المحلات والمطاعم والمنازل يشكل إغراء كبيراً للشباب . ومشكلتها الأكبر هي احتوائها علي نسبة عالية من الدهون ، وبالمقابل علي سعرات حرارية كثيرة ، كما أنها تأخذ مكان مأكولات صحية كالبطاطا المشوية والمكرونه المسلوقة والحبوب الجافة .
- كثرة السكريات والمشروبات المحلاة :- أغلبية الشباب يتناولون يومياً أكثر من ثلاثة أكواب من المشروبات الغازية والعصير الاصطناعي ، كثرة استهلاك الحلويات والمشروبات الغنية بالسكر التي تعد من أول العوامل المسببة لزيادة الوزن ، كما أنها تحل مكان مشروبات ضرورية كالماء والعصير الطبيعي
- كثرة الأكل بين الوجبات :- وهي عامل آخر مسئول عن زيادة الوزن يخفف من شهية الشباب للوجبات الأساسية فتقع في حلقة مفرغة يمتنع فيها الشباب عن تناول المأكولات المغذية في حينها لينكب علي أي شيء آخر عند إحساسه بالجوع (السكاكر أو التشيبس).
- قلة الخضروات والفاكهة :- بسبب كره البعض لها وانشغال الآخرين بتناول الحلويات مكانها ، ينتج عن قلة استهلاك الخضار والفاكهة مشكلة إمساك عند الكثيرين ونقص بالفيتامين والمعادن تظهر نتائجه عند بلوغ سن الرشد .

ويدفع مرتادو تلك المطاعم ضريبة باهظة غير مرئية، فالسرعة لها ضريبة؛ لأن تحضير الطعام بشكل سريع يستدعي استخدام مواد مضافة، وكيمائيات لا يعلم كنيتهما إلا الله تعالى، ومع السرعة، فليس هناك وقت كاف لمراقبة الجودة ومتابعة السلامة في المواد المستخدمة وطريقة الطهي.

- اجتماعياً: ساهمت في تفكيك الأسرة، حيث تجد الأم مع صاحباتها في مطعم، والأب مع الشلة في آخر، والأبناء وأقربانهم في ثالث، ولا تجتمع الأسرة إلا عند المنام، وقد يرى بعضهم بعضاً في الأحلام وقد لا يحصل.
 - اقتصادياً: أدخلت تلك المطاعم على ميزانيات الأسرة بنوداً جديدة، وحملت أعباء إضافية، الأسرة في غنى عنها، فأصبح رب الأسرة يحسب حساب تلك المطاعم قبل حساب فواتير الخدمات والعلاج والدراسة وغيرها، وكان الحياة لا تقوم بدونها.
- والله تعالى أمرنا بعدم التعجل حيث قال تعالى: - خلق الإنسان من عَجَلٍ سأريكم آياتي فلا تستعجلون- ؛ لأنه سبحانه وتعالى يعلم أضرار السرعة والتعجل، فهي تفقد التركيز، وتبعث على الإرباك، وتقلل الجودة، وتصرف المال من غير تدبير، وعادة ما يخسر الإنسان بالتعجل أضعاف ما يخسره بالتأني.

<http://bafree.net/alhisn/showthread.php?t=٦٥١٤٠&page=١>

ولقد خلق الله تعالى الطيبات ، وأباح التمتع بها ، فقال تعالى " قل من حرم زينة الله التي أخرج لعباده والطيبات من الرزق قل هي للذين آمنوا في الحياة الدنيا خالصة يوم القيامة" (سورة الأعراف : الآية رقم ٣٢) وحث الإسلام علي عدم التقدير وعدم الإسراف والتوسط والاعتدال وذلك في الآيات القرآنية الآتية : قال تعالى : " والذين إذا أنفقوا لم يسرفوا ولم يقتروا وكان بين ذلك قواما" (سورة الفرقان : الآية رقم ٦٧) وقوله تعالى : " ولا تجعل يدك مغلولة إلي عنقك ولا تبسطها كل البسط فتتعد ملوماً محسوراً" (سورة الإسراء : الآية رقم ٢٩) وقوله تعالى " وكلوا واشربوا ولا تسرفوا" (سورة الأعراف : الآية رقم ٣١) ويتضح من الآيات القرآنية أن القوام في الإنفاق بترك التقدير والإسراف والتبذير يحفظ طاقات المجتمع من التبدد ، وهذا يمثل الوضع لأقوم من السلوك الاستهلاكي(عبد- ٢٠٠٥:٢).

وتعتبر ربة الأسرة هي المسئولة عن الأسرة عامة وعن الوعي بترشيد الاستهلاك خاصة حيث يتضمن ذلك الوعي مدى إلمام ربة الأسرة بالمعارف والمعلومات التي تتعلق بالشراء والاستخدام الأمثل للسلع والمنتجات الغذائية وعدم الإسراف وتقليل الفاقد منها قدر الإمكان ، وكذلك ممارستها الاستهلاكية أي تطبيق تلك المعلومات والمعارف في حياتها اليومية لإكسابها لأبنائها .

حيث حملت المختصة في التغذية وعلوم الأطعمة في جامعة الأميرة نورة الدكتورة فريدة الفردوس الأسرة مسؤولية لجوء المراهقين والأطفال إلى مطاعم الوجبات السريعة، وقالت "إن وسائل الترفيه والجلوس الطويل أمام شاشة التلفزيون والإنترنت إضافة إلى غياب الأم وانشغال الأب جميعها عوامل أسهمت في لجوء كثير من المراهقين والأطفال إلى مطاعم الوجبات السريعة"، مشيرة إلى أنه بإمكان الأسرة التحكم في ذلك والحد منها، واصفة الأعداد الكبيرة من الشباب الصغار المرتادين للمطاعم ليلاً بـ "الظاهرة الخطيرة والمقلقة"، وأضافت "أغلب المراهقين يبحثون عن وجبة ساخنة دسمة ولا يجدون أمامهم سوى الوجبات السريعة فيخرجون بحثاً عنها أو يقومون بطلبها وهم في المنزل وأسعارها في متناول أيديهم كما أنها تقدم ساخنة"، قائلة "لو وجدوا القليل من الحرص من

قبل الأهل وأعدوا الوجبات الساخنة في المنزل التي يحبها المراهقون، سيجنبون أبناءهم مخاطر الوجبات السريعة .

<http://www.sabq.org/sabq/user/news.do?section=٥&id=١٢٣٩١>

وقد حذر باحثون بريطانيون من أن الوجبات السريعة الدسمة والغنية بالدهون، قد تسبب الإدمان بنفس الطريقة، التي تسببها المخدرات، وخصوصاً الهيروين، حيث اكتشفوا أن الإفراط في الأكل ليس بسبب نقص الإرادة والسيطرة على النفس، وإنما بسبب عوامل إدمان معينة، بحيث يصبح جسم الإنسان مدمناً على الدهون والسكريات، الأمر الذي يساعد في تفسير ارتفاع معدلات البدانة في العالم ، وأوضح العلماء أن الأطعمة الدسمة والغنية بالدهون تنشيط إفراز المواد الكيماوية المسؤولة عن الشعور بالسرور والنشوة في الدماغ، التي تعرف بالأفيونات الطبيعية، وهو ما يشجع اعتماد بعض الحيوانات وحتى البشر، على السكريات والطعام الحلو، مفسرين الأمر بأن الدماغ في هذه الحالة أصبح مدمناً على أفيوناته نفسها، بنفس مبدأ الإدمان على المخدرات، كما يُعتقد أن السيطرة على الشهية تتم من خلال نظام معقد من الهرمونات، ومواد أخرى ينتجها الجسم .

http://www.moheet.com/show_files.aspx?fid=٣٥٢١٠٧

وعلي ذلك يمكن صياغة مشكلة البحث في التساؤل الرئيسي الآتي :

ما العلاقة بين وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء وأسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة

علي الوجبات السريعة ؟

أهداف الدراسة

كان الهدف من الدراسة الحالية التعرف علي العلاقة بين وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء وأسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة وبينتق هذا من الأهداف الفرعية التالية :

١. الكشف عن مستوى وعي ربات الأسر عينة الدراسة بترشيد استهلاك الغذاء .
٢. الكشف عن طبيعة أسلوب الأبناء طلبة الجامعة في الإنفاق على الوجبات السريعة .
٣. دراسة العلاقة بين وعي ربات الأسر عينة الدراسة بترشيد استهلاك الغذاء وبعض المتغيرات (حجم الأسرة ، عمر ربة الأسرة ،عمر الطالب، وقيمة المصروف الشهري ، ونسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة، المستوى التعليمي لربة الأسرة وقيمة الدخل الشهري للأسرة).
٤. دراسة العلاقة بين نمط استهلاك طلاب الجامعة عينة البحث وبين بعض المتغيرات (حجم الأسرة ، عمر ربة الأسرة و المستوى التعليمي لربة الأسرة ،عمر الطالب ، قيمة الدخل الشهري ، قيمة المصروف الشهري، المستوى التعليمي لربة الأسرة و نسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة).
٥. الكشف عن الفروق في وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء وأسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة) تبعاً للمستوي التعليمي ربة الأسرة و فئات الدخل الشهري للأسرة حجم الأسرة الشهري و نسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة.

أهمية الدراسة

١. التأكيد علي أهمية ترشيد استهلاك الغذاء بالنسبة لربة الأسرة فهي المسئولة الأولى عن إدارة شئون أسرتها ورعاية أبنائها.
٢. الاهتمام بدراسة النمط الاستهلاكي لدي طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة .
٣. المساهمة في تكوين عادات واتجاهات سليمة وتنمية وعي استهلاكي سليم يضمن أسرة متكاملة.
٤. الاهتمام بالنمط الاستهلاكي لطلبة الجامعة جزء لا يتجزأ من الاهتمام بالواقع والمستقبل معاً لكونهم آباء وأمهات المستقبل .

فروض الدراسة

١. لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء وأسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة والمتغيرات الكمية لعينة الدراسة .
٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العائلات وغير العائلات في كل من وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء وأسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة .
٣. لا يوجد تباين دال إحصائية بين عينة الدراسة في كل من وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء وأسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة تبعاً لمستوي تعليم ربة الأسرة .
٤. لا يوجد تباين دال إحصائية بين عينة الدراسة في كل من وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء وأسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة تبعاً لفئات الدخل الشهري.
٥. لا يوجد تباين دال إحصائية بين عينة الدراسة في كل من وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء وأسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة تبعاً لنسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة .

الأسلوب البحثي

أولاً : التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة

١. **الوعي الغذائي**: هو مدي معرفة وإلمام ربات الأسر وفهمهم للعناصر الغذائية المختلفة والاحتياجات الغذائية اللازمة لكل مرحلة عمرية والقدرة علي تطبيقها في الحياة اليومية لتصبح لدي الفرد سلوكاً معتاداً وذلك في حدود الإمكانيات المتاحة .
٢. **الاستهلاك**: هو الاستخدام النهائي للسلع والمنتجات الغذائية من أجل إشباع رغبات أفراد الأسرة .
٣. **ترشيد الاستهلاك**: هو استخدام ربة الأسرة للموارد المتاحة بصورة جيدة وعدم الإسراف وتقليل الفاقد منها قدر الإمكان.

٤. ترشيد الاستهلاك الغذائي: وهو إمام ربة الأسرة بالمعارف والمعلومات التي تتعلق بالشراء والاستخدام الأمثل للسلع والمنتجات الغذائية وعدم الإسراف وتقليل الفاقد منها قدر الإمكان.

٥. المنفق على الوجبات السريعة: هو نمط طلبة الجامعة في شراء الوجبات السريعة التي تشبع رغبات وحاجات ملحة وغير ملحة بالنسبة لهم .

٦. الوجبات السريعة: هي أطعمة سريعة التحضير والمعدة وقت تناولها ويمكن تناولها داخل المنزل وخارج المنزل وتقدم لمستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة مثل شطائر الشاورما والبرجر والفلافل والفتاير والبيتزا وقطع الدجاج المقلية، مع مشروب غازي أو كأس من العصير وشرائح البطاطس المقلية، وأهم ما يميز الوجبات السريعة أنها لا تحتوي على الفاكهة والسلطات، وأنها تؤكل على عجل .

٧. مرحلة التعليم الجامعي :- يقصد بها تلك المرحلة من التعليم التي تلي المرحلة الثانوية وقد تتم في أحد الجامعات الحكومية أو الخاصة أو أحد الكليات أو المعاهد التابعة لوزارة التعليم العالي في مصر.

وتقتصر الدراسة علي طلبة كلية التربية النوعية - كلية التربية - كلية الآداب - كلية الهندسة - كلية السياحة والفنادق جامعة المنصورة بالفرقتين الثالثة والرابعة .

ثانياً : منهج الدراسة

المنهج الوصفي التحليلي وذلك لملاءمته للدراسة الحالية .

ثالثاً : أدوات الدراسة

تم استخدام عدة أدوات للحصول على البيانات والمعلومات اللازمة للدراسة ، وقد اشتملت على:

١. استبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء .

٢. استبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة .

١- استبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء

ويشتمل علي استمارة البيانات العامة للأسرة ، استبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء .

أ. استمارة البيانات العامة الخاصة بالأسرة :-

اشتملت علي البيانات الأسرية العامة لربات الأسر عينة الدراسة التي تخدم أهداف الدراسة الحالية من خلال دراسة الخصائص الاجتماعية والاقتصادية لعينة الدراسة .

ب . استبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء:-

كان الهدف من هذا الاستبيان التعرف علي مدي إلمام ربة الأسرة بالمعارف والمعلومات التي تتعلق بالشراء والاستخدام الأمثل للسلع والمنتجات الغذائية وعدم الإسراف وتقليل الفاقد منها قدر الإمكان.

ولإعداد هذا الاستبيان تم إتباع الخطوات التالية :

١. تم إعداد استمارة استطلاع رأي وتم عرض مجموعة من الأسئلة عن الوعي بترشيد استهلاك الغذاء علي ثلاثون ربة أسرة ينطبق عليهم مواصفات العينة الأساسية .
٢. تم عمل تحليل لإجابات ربات الأسر حيث تم الاعتماد علي نتائج هذا التحليل في وضع الاستبيان المبدئي .
٣. الاطلاع علي الدراسات السابقة في هذا المجال .
٤. تم عمل استبيان مفتوح يتكون من عدد (٣٧) عبارة من الأسئلة المفتوحة التي تتطلب الاختيار من متعدد والترتيب التنازلي حسب الأهمية الاستهلاكية بالنسبة لربة الأسرة. ثم تم تطبيقه علي عدد ٣٠ ربة أسرة.
٥. تم عمل تحليل لإجابات ربات الأسر وتقنيته حيث تم الاعتماد علي نتائج هذا التحليل في وضع الاستبيان المقيد .
٦. من خلال ما سبق تم إعداد استبيان مقيد طبقاً للإطار النظري للدراسة وفي إطار التعريف الإجرائي لوعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء وقد اشتمل الاستبيان علي (٨٣) عبارة مقسمة إلي محورين المحور الأول يتضمن عبارات عن المعلومات والمعارف ويشتمل علي (٤٢) عبارة و المحور الثاني يتضمن عبارات عن الممارسات ويشتمل علي (٤١) عبارة.
٧. اختبار صدق محتوى الاستبيان :- للتحقق من صدق محتوى الاستبيان تم عرضه في صورته الأولية علي مجموعة من المحكمين من أساتذة إدارة المنزل والمؤسسات بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية وقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة حلوان وقسم الاقتصاد المنزلي بكلية الزراعة جامعة الإسكندرية وكلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر بطنطا ، وبلغ عددهم ١٥ محكم. وطلب من سيادتهم الحكم علي مدي مناسبة كل عبارة للمحور الخاص بها وكذلك صياغة العبارات وتحديد اتجاه كل عبارة وإضافة أي عبارات مقترحة . وتم حساب نسبة الاتفاق لدي المحكمين علي كل عبارة من عبارات الاستبيان وتراوحت نسبة تكرار اتفاق المحكمين علي العبارات ما بين ٨٥% ، ١٠٠% وبذلك يكون الاستبيان قد خضع لصدق المحتوى في قياس وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء .
٨. اختبار ثبات الاستبيان :-

ولحساب ثبات الاستبيان تم التطبيق علي عينة قوامها ٥٠ ربة أسرة تتوافر فيها نفس شروط عينة الدراسة وبعد التطبيق تم حساب الثبات بطريقتين :

أ- حساب معامل ألفا لتحديد الاتساق الداخلي للاستبيان

تم التحقق من ثبات الاستبيان باستخدام معامل ألفا وتم حساب معامل (α) لكل عبارة من عبارات الاستبيان على حدة وللإستبيان ككل وكان معامل (α) لمحور الوعي بترشيد استهلاك الغذاء (٠,٧٢٥) ولمحور ممارسات ترشيد استهلاك الغذاء (٠,٧٣١) وللاستبيان ووعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء ككل (٠,٨٢٤) وتعتبر هذه القيمة عالية بالنسبة لهذا النوع من حساب الثبات.

ب- طريقة التجزئة النصفية Split-Half:-

تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية وذلك عن طريق تقسيم كل محور من محاور الاستبيان إلى نصفين، عبارات فردية، عبارات زوجية وقد تم هذا التقسيم بالنسبة لكل محور من محاور الاستبيان وكذلك بالنسبة للاستبيان ككل. لحساب الارتباط بين نصفي الاستبيان استخدمت الباحثة معادلة Spearman-Brown وكذلك معادلة Guttman لحساب الارتباط بين نصفي كل محور من محاور الاستبيان .

جدول رقم (١) اختبار معامل التجزئة النصفية لاستبيان ووعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء

المحور	Spearman-Brown	Guttman
المعلومات والمعارف	٠,٦٩٤	٠,٦٩٤
الممارسات	٠,٦٧٣	٠,٦٧٢
إجمالي ووعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء	٠,٨٣٨	٠,٨٣٨

وبذلك أصبح الاستبيان في صورته النهائية يتكون من ٧٦ عبارة مقسمة الي محورين:-

- المحور الأول:- يتضمن عبارات عن المعلومات والمعارف وتشمل (٣٨) عبارة وتتراوح درجاته بين (٦٣ - ١٠٤) درجة .
- المحور الثاني:- يتضمن عبارات عن الممارسات وتشمل (٣٨) عبارة وتتراوح درجاته بين (٦٤ - ١٠٦) درجة .

وتحدد استجابة ربة الأسرة علي كل عبارة وفق ثلاثة استجابات (دائما - أحيانا - نادرا) وعلي مقياس متصل (٣ ، ٢ ، ١) وذلك حسب اتجاه كل عبارة (إيجابي - سلبي) ،وقد كان عدد العبارات الموجبة ٣٩ وعدد العبارات السالبة ٣١ .

٢- استبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة

اشتمل علي استمارة البيانات العامة الخاصة بطالب الجامعة ، استبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة .

أ. استمارة البيانات العامة الخاصة بطالب الجامعة:-

يتضمن هذا القسم بيانات خاصة عن طالب الجامعة عينة الدراسة التي تخدم أهداف الدراسة الحالية .

ب. استبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة:-

كان الهدف من هذا الاستبيان التعرف علي نمط طلبية الجامعة في شراء الوجبات السريعة التي تشبع رغبات وحاجات ملحة وغير ملحة بالنسبة لهم.

ولإعداد هذا الاستبيان تم إتباع الخطوات التالية :

- ١- الاطلاع علي الدراسات السابقة في هذا المجال .
- ٢- تم عمل استبيان مفتوح يتكون من عدد (١٩) عبارة من الأسئلة المفتوحة التي تتطلب الاختيار من متعدد والترتيب التنازلي حسب مدي الإنفاق على الوجبات السريعة التي يجيب عنها الطالب . ثم تم تطبيقه علي عدد ٣٠ طالب جامعة.
- ٣- تم عمل تحليل لإجابات طلبة الجامعة وتقنيته حيث تم الاعتماد علي نتائج هذا التحليل في وضع الاستبيان المقيد.
- ٤- من خلال ما سبق تم إعداد استبيان مقيد طبقاً للإطار النظري للدراسة وفي إطار التعريف الإجرائي لإنفاق طلاب الجامعة علي الوجبات السريعة ،وقد اشتمل الاستبيان علي (٤٥) عبارة .
- ٥- اختبار صدق محتوى الاستبيان :-

وللتحقق من صدق محتوى الاستبيان تم عرضه في صورته الأولية علي مجموعة من المحكمين من أساتذة إدارة المنزل والمؤسسات بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية وقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة حلوان وقسم الاقتصاد المنزلي بكلية الزراعة جامعة الإسكندرية وكلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر بطنطا ، وبلغ عددهم ١٥ محكم، وطلب من سيادتهم الحكم علي مدي مناسبة كل عبارة للاستبيان وكذلك صياغة العبارات وتحديد اتجاه كل عبارة وإضافة أي عبارات مقترحة .

وتم حساب نسبة الاتفاق لدي المحكمين علي كل عبارة من عبارات الاستبيان وتراوحت نسبة تكرار اتفاق المحكمين علي العبارات ما بين ٨٥% ، ١٠٠% وبذلك يكون الاستبيان قد خضع لصدق المحتوى في قياس أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة .

٦- اختبار ثبات الاستبيان :-

ولحساب ثبات الاستبيان تم التطبيق على عينة قوامها ٥٠ طالب جامعة وأمهاتهم تتوافر فيها نفس شروط عينة الدراسة وبعد التطبيق تم حساب الثبات بطريقتين :

أ- حساب معامل ألفا لتحديد الاتساق الداخلي للاستبيان

تم التحقق من ثبات استبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة ككل (٠,٧٢٥) وتعتبر هذه القيمة عالية بالنسبة لهذا النوع من حساب الثبات.

ب - طريقة التجزئة النصفية Split-Half:

تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية وذلك عن طريق تقسيم الاستبيان إلى نصفين عبارات فردية، عبارات زوجية، لحساب الارتباط بين نصفي الاستبيان تم استخدام معادلة Spearman-Brown وكانت قيمة معامل الارتباط ٠,٥٧٨ . وهو قيمة مقبولة تدل على ثبات الاستبيان .

وبذلك أصبح الاستبيان في صورته النهائية يتكون من (٣٥) عبارة ، وتحدد استجابة طلبة الجامعة علي كل عبارة وفق ثلاثة استجابات (دائماً - أحيانا - نادرا) وعلي مقياس متصل (٣ ، ٢ ، ١) وذلك حسب اتجاه كل عبارة (إيجابي - سلبي) ،وقد كان عدد العبارات الموجبة ١٥ وعدد العبارات السالبة ٢٠ عبارة .

رابعاً : عينة الدراسة

تضمنت علي ٢٨٠ طالب جامعة وأمهاتهم ذكور ،إناث في كل من الريف والحضر من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة وتضمنت عينة الدراسة محافظة المنصورة بطريقة صدفية غرضيه .

خامساً : أسلوب تطبيق الأدوات علي العينة

لتطبيق أدوات الدراسة الحالية علي عينة طلبة جامعة المنصورة تم توزيع (٣٥٠) كتيب الذي يتضمن استبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء، استمارة البيانات العامة الخاصة بالأسرة واستبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة، استمارة البيانات العامة الخاص بطالب الجامعة علي عينة الدراسة في الكليات المحددة مع مراعاة النسب المتقاربة بين كل من الذكور والإناث والتخصصات العملية والنظرية في التوزيع وتمت إجراءات تطبيق الدراسة الميدانية علي الطلاب عن طريق المقابلة الشخصية للطلاب في كل كلية من الكليات المحددة وشرح طريقة ملئ الكتيب والإجابة علي أي تساؤلات للطلاب حيث يشتمل علي جزء خاص بالطالب نفسه وجزء خاص بوالدته ثم تم جمع الكتيبات من الطلاب وكان عددها (٣٠٠) كتيب وقد (٥٠) كتيب نظراً لعدم جدية بعض الطلاب وانه أثناء تطبيق تلك الدراسة الميدانية كان قرب امتحانات نهاية العام وانشغال الطلاب بالامتحانات والتقييمات النهائية ثم تم مراجعة إجابات الطلاب وأمهاتهم وعليه تم استبعاد (٢٠) كتيب لعدم استكمال الإجابات وعدم جديتها وبالتالي أصبح نهائي العينة (٢٨٠) كتيب . استغرق تطبيق الدراسة الميدانية ٤٥ يوم تبدأ من منتصف ابريل ٢٠١١ وحتى نهاية مايو ٢٠١١ .

سادساً : المعاملات الإحصائية المستخدمة:

التكرارات البسيطة والنسب المئوية، معامل ارتباط بيرسون، المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية ، اختبار (T. Test)، تحليل التباين في اتجاه واحد ANOVA ، اختبار Tukey.

نتائج الدراسة الميدانية

أولاً : وصف عينة الدراسة

١. منطقة السكن

جدول (٢) التوزيع النسبي لعينة الدراسة وفقاً لبيئة السكن

بيئة السكن	العدد	النسبة المئوية
ريف	١٤٩	٥٣,٢٠
حضر	١٣١	٤٦,٨٠
المجموع	٢٨٠	١٠٠,٠٠

يتضح من جدول (٢) ارتفاع نسبة أسر عينة الدراسة من الريف عن الحضر حيث بلغت نسبة أسر عينة الدراسة من الريف ٥٣,٢٠% من إجمالي العينة بينما كانت نسبة أسر عينة الدراسة من الحضر ٤٦,٨٠% من إجمالي العينة حيث يدخل في نطاق محافظة الدقهلية قري ريفية كثيرة.

٢. النوع

جدول (٣) التوزيع النسبي لعينة الدراسة وفقاً للنوع

النوع	العدد	النسبة المئوية
ذكر	١٢٥	٤٤,٦٠
أنثى	١٥٥	٥٥,٤٠
المجموع	٢٨٠	١٠٠,٠٠

يتضح من جدول (٣) تقارب عدد الطلاب الذكور والإناث في عينة الدراسة حيث بلغت نسبة الإناث ٥٥,٤٠% ونسبة الذكور ٤٤,٦٠%.

٣. حجم أسرة

جدول (٤) التوزيع النسبي لعينة الدراسة وفقاً لحجم أسرة

حجم الأسرة	العدد	النسبة المئوية
٣	٤	١,٤٠
٤	٤٤	١٥,٣٠
٥	١٠٢	٣٦,٩٠
٦	٩٥	٣٣,٩٠
٧	٢٤	٨,٦٠
٨	١١	٣,٩٠
المجموع	٢٨٠	١٠٠,٠٠

يتضح من جدول (٤) أن ٧٠,٨٠٪ من عينة الدراسة من أسر متوسطة الحجم (٥- ٦ أفراد) يلي ذلك الأسر صغيرة الحجم ١٦,٧٠٪ (٣- ٤ أفراد) ثم الأسر كبيرة الحجم ١٢,٥٠٪ (من ٧- ٨ أفراد) ودل ذلك على ارتفاع نسبة الأسر متوسطة الحجم في العينة موضع الدراسة .

٤. عمل ربة الأسرة

جدول (٥) التوزيع النسبي لعينة الدراسة وفقاً لعمل ربة الأسرة

عمل ربة الأسرة	العدد	النسبة المئوية
موظفة	١١٣	٤٠,٣٠
تملك مشروع	١	٠,٤٠
على المعاش	١١	٣,٩٠
لا تعمل	١٥٥	٥٥,٤٠
المجموع	٢٨٠	١٠٠,٠٠

يتضح من جدول (٥) ما يلي أن ٥٥,٤٠٪ من أمهات عينة الدراسة غير عاملات، و ٤٠,٣٠٪ من عينة الدراسة من الموظفات، و ٣,٩٠٪ من عينة الدراسة على المعاش، و ٠,٤٠٪ من عينة الدراسة تملك مشروع وهذا يدل على ويدل هذا على أنه بالرغم من كافة الجهود المبذولة للمساواة بين الرجل والمرأة في فرص العمل فما زالت الغالبية العظمى من النساء غير عاملات مكتفين بمهامهم ومسئولياتهم المنزلية.

٥. دخل الأسرة الشهري

جدول (٦) التوزيع النسبي لعينة الدراسة وفقاً لمستوى دخل الأسرة الشهري

قيمة الدخل الشهري	العدد	النسبة المئوية
دخل منخفض	٤٣	١٥,٣٠
دخل متوسط	١٦٧	٥٩,٧٠
دخل مرتفع	٧٠	٢٥,٠٠
المجموع	٢٨٠	١٠٠,٠٠

يتضح من جدول (٦) أن ٥٩,٧٠٪ من عينة الدراسة ذو دخل متوسط، وأن ٢٥,٠٠٪ من أسر عينة الدراسة ذوى دخل مرتفع، ويليها ١٥,٣٠٪ من عينة الدراسة ذوى دخل منخفض . وبذلك يتبين أن الغالبية العظمى من أسر عينة الدراسة ذات مستويات دخول متوسطة وهذا يرجع إلي إن ٦٠,٠٠٪ من آباء عينة الدراسة من الموظفين .

٦. مستوى تعليم رب وربة الأسرة

جدول (٧) التوزيع النسبي لعينة الدراسة وفقاً لمستوى تعليم رب وربة الأسرة

ربة الأسرة		رب الأسرة		مستوى التعليم	
النسبة المئوية	العدد	النسبة المئوية	العدد		
١٨,٢٠	١٠,٤٠	٢٩	٥,٤٠	١٥	أمي
	٣,٩٠	١١	٤,٦٠	١٣	يقرأ ويكتب
	٣,٩٠	١١	٥,٧٠	١٦	حاصل علي الابتدائية
٤٥,٠٠	٤,٢٠	١٢	٦,١٠	١٧	حصل علي الإعدادية
	٤٠,٧٠	١١٤	٢٨,٨٠	٨١	حاصل علي الثانوية العامة وما يعادلها
٣٦,٨٠	٣٤,٤٠	٩٦	٤٣,٦٠	١٢٢	تعليم جامعي
	٠,٤٠	١	٢,٩٠	٨	مرحلة ماجستير
	٢,١٠	٦	٢,٩٠	٨	مرحلة دكتوراه
١٠٠,٠٠	٢٨٠	١٠٠,٠٠	٢٨٠		المجموع

يتضح من جدول (٧) ما يلي :

١. ارتفاع نسبة الآباء عينة الدراسة الحاصلين على تعليم عالي ٤٩,٤٠% ويليها الحاصلين علي تعليم متوسط ٣٥,٠٠% كما يوضح انخفاض نسبة الآباء ذو التعليم المنخفض ١٥,٦٠%، ويتضح مما سبق ارتفاع مستوى تعليم الآباء .
٢. ارتفاع نسبة الأمهات عينة الدراسة الحاصلات على مستوى تعليم متوسط حيث بلغت ٤٥,٠٠% بينما نسبة الحاصلات على تعليم عالي بلغت ٣٦,٨٠% و نسبة الحاصلات على تعليم منخفض بلغت ١٨,٢٠%
٣. مما يدل على تقارب نسبة الأمهات الحاصلات على مستوى تعليم متوسط مع نسبة الأمهات الحاصلات على مستوى تعليم عالي ويتضح مما سبق ارتفاع مستوى تعليم الأمهات .
٤. ويتضح ارتفاع مستوى تعليم الآباء عن مستوى تعليم الأمهات عينة الدراسة حيث بلغت نسبة مستوى تعليم الآباء ذوى مستوى التعليم الجامعي ٤٣,٦٠% بينما نسبة مستوى تعليم الأمهات في نفس المستوى ٣٤,٤٠%، وأيضاً تقارب مستوى تعليم الأمهات مع الآباء عينة الدراسة في مستوى التعليم المنخفض حيث بلغت النسبة للأمهات ١٥,٦٠% والآباء ١٨,٢٠% .

٧. نوع كلية الطلاب

جدول (٨) التوزيع النسبي لعينة الدراسة وفقاً لنوع كلية الطلاب

النسبة المئوية	العدد	الكلية
٣٨,٣٠	١٠٧	التربية النوعية
١٧,١٠	٤٨	التربية
٢٠,٤٠	٥٧	الآداب
٩,٦٠	٢٧	سياحة وفنادق
١٤,٦٠	٤١	الهندسة
١٠٠,٠٠	٢٨٠	المجموع

يتضح من جدول (٨) أن ٣٨,٢٠٪ من طلاب عينة الدراسة تمثل كلية التربية النوعية و ٢٠,٤٠٪ من طلاب عينة الدراسة تمثل كلية الآداب و ١٧,١٠٪ من طلاب عينة الدراسة تمثل كلية التربية و ١٤,٦٠٪ من طلاب عينة الدراسة تمثل كلية الهندسة و ٩,٦٠٪ من طلاب عينة الدراسة تمثل كلية السياحة والفنادق.

٨. قيمة المصروف الشخصي

جدول (٩) التوزيع النسبي لعينة الدراسة وفقاً لقيمة المصروف للطلاب

النسبة المئوية	العدد	فئة المصروف
٢٦,٥٠	٧٤	أقل من ٢٠٠ جنية
٦٣,٣٠	١٧٨	من ٢٠٠ إلى أقل من ٤٥٠ جنية
١٠,٢٠	٢٨	من ٤٥٠ جنية فأكثر
١٠٠,٠٠	٢٨٠	المجموع

يتضح من جدول (٩) أن ٦٣,٣٠٪ من طلاب عينة الدراسة ذوات مصروف شهري متوسط ، ٢٦,٥٠٪ من طلاب عينة الدراسة ذوات مصروف شهري منخفض ، و ١٠,٢٠٪ من طلاب عينة الدراسة ذو مصروف شهري مرتفع . وهذا يدل على أن أكثر من نصف طلاب عينة الدراسة ذو مصروف شهري متوسط ويرجع ذلك لأن ٥٩,٦٥٪ من أسر عينة الدراسة ذو دخل متوسط وأن ٦٠,٠٠٪ من أبناء عينة الدراسة من الموظفين.

٩. أوجه صرف المصروف

جدول (١٠) التوزيع النسبي لعينة الدراسة وفقاً لأوجه صرف المصروف

أوجه صرف المصروف	العدد	النسبة المئوية
الكافيتريات	١٠٩	٣٨,٩٠
الادخار	٦٧	٢٣,٩٠
المواصلات	١٨	٦,٤٠
التدخين	٥	١,٨٠
شحن المحمول	٢٣	٨,٢٠
(ماكياج)	٣٨	١٣,٦٠
احتياجات	٢٠	٧,٢٠
المجموع	٢٨٠	١٠٠,٠٠

يتضح من جدول (١٠) أن ٣٨,٩٠% من طلاب عينة الدراسة يوجهون الزيادة من مصروفهم علي الكافيتريات وأن ٢٣,٩٠% من طلاب عينة الدراسة يوجهون الزيادة من مصروفهم بالادخار وأن ١٣,٦٠% من طلاب عينة الدراسة يقوموا يوجهون الزيادة من مصروفهم علي (ماكياج) وأن ٧,١٠% من طلاب عينة الدراسة يوجهون الزيادة من مصروفهم علي احتياجاتهم وأن ٦,٤٠% من طلاب عينة الدراسة يوجهون الزيادة من مصروفهم إلي المواصلات وأن ١,٨٠% من طلاب عينة الدراسة يوجهون الزيادة من مصروفهم إلي التدخين وهذا يدل على أن نسبة كبيرة من طلاب عينة الدراسة ينفقوا أي زيادة علي الكافيتريات .

١٠. نسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة

جدول (١١) التوزيع النسبي لعينة الدراسة وفقاً لنسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة

نسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة	العدد	النسبة المئوية
اقل من ٢٥%	٩١	٣٢,٥٠
من ٢٥% إلى اقل من ٥٠%	١٣٠	٤٦,٥٠
من ٥٠% إلى اقل من ٧٥%	٤١	١٤,٦٠
٧٥% فأكثر	١٨	٦,٤٠
المجموع	٢٨٠	١٠٠,٠٠

يتضح من جدول (١١) أن ٤٦,٥٠% يقومون بالإنفاق علي الوجبات السريعة بنسبة من ٢٥% إلى اقل من ٥٠% من مصروفهم ، أن ٣٢,٥٠% يقومون بالإنفاق علي الوجبات السريعة بنسبة (أقل من ٢٥%) من مصروفهم ، أن ١٤,٦٠% يقومون بالإنفاق من ٥٠% إلى اقل من ٧٥% من مصروفهم و أن ٦,٤٠% يقومون بالإنفاق علي الوجبات السريعة بنسبة (أقل من ٢٥%) من مصروفهم

٧٥% فأكثر) من مصروفهم وهذا يدل على استهلاك نسبة كبيرة من طلاب عينة الدراسة الوجبات السريعة .

ثانياً: النتائج في ضوء الفروض

١. النتائج في ضوء الفرض الأول

ينص الفرض الأول على أنه " لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المتغيرات الكمية لعينة الدراسة ووعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء وأسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة " .

وللتحقق من صحة الفرض إحصائياً تم إيجاد مصفوفة معاملات الارتباط لبيرسون بين المتغيرات الخاصة بالدراسة وهي وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء بمحورية (المعلومات والمعارف- الممارسات) وأسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة وبعض متغيرات الدراسة الكمية لعينة الدراسة (حجم الأسرة - عمر ربة الأسرة - المستوى التعليمي لرب الأسرة - المستوى التعليمي لربة الأسرة - قيمة الدخل الشهري للأسرة - عمر الطالب - قيمة المصروف في الشهر - نسبة الإنفاق على الوجبات الشهرية) .

يبين جدول (١٢) ما يلي :-

أولاً: العلاقات بين وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء و أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة .

- ١- لا توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين محور المعلومات والمعارف و إجمالي أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة .
- ٢- توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين كل من إجمالي وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء و إجمالي أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة عند مستوى دلالة ٠,٠٥ أي كلما زاد وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء كان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة أفضل .
- ٣- توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين كل من محور الممارسات لاستبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء و إجمالي أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة عند مستوى دلالة ٠,٠١ أي كلما كانت ربة الأسرة لديها تتمتع بممارسات جيدة بترشيد استهلاك الغذاء كان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة أفضل .
- ٤- توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين محور المعلومات والمعارف ومحور الممارسات عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ أي أن ربات الأسر عينة الدراسة التي لديها معلومات ومعارف جيدة يكون ممارستها في ترشيد استهلاك الغذاء أفضل .
- ٥- توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين كل من (محور المعلومات والمعارف و محور الممارسات) و إجمالي وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ أي كلما كان لدي ربة الأسرة معلومات ومعارف جيدة يؤدي إلي ممارسة جيدة في ترشيد استهلاك الغذاء .

ثانيا : العلاقات بين بعض المتغيرات الكمية ووعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء .

- ١- لا توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين كل من (حجم الأسرة ، عمر ربة الأسرة ،عمر الطالب، وقيمة المصروف الشهري ونسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة) و إجمالي وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء .
- ٢- توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين المستوي التعليمي لرب الأسرة و إجمالي وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء عند مستوى دلالة ٠,٠٥ أي كلما زاد المستوي التعليمي لرب الأسرة كان وعي ربة الأسرة مرتفع بترشيد استهلاك الغذاء وهذا قد يكون بسبب ارتفاع مستواها التعليمي أيضا وإرشاد رب الأسرة لها أيضاً .
- ٣- توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين كل من (المستوي التعليمي لربة الأسرة وقيمة الدخل الشهري للأسرة) و إجمالي وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء عند

مستوى دلالة ٠,٠١ أي كلما زاد المستوى التعليمي لربة الأسرة ودخلها الشهري زاد وعيها بترشيد استهلاك الغذاء .

ثالثاً: العلاقات بين بعض المتغيرات الكمية وأسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة .

١- لا توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين كل من (حجم الأسرة ، عمر ربة الأسرة و المستوى التعليمي لربة الأسرة ،عمر الطالب) و إجمالي أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة .

٢- توجد علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين المستوى التعليمي لربة الأسرة و إجمالي أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة عند مستوى دلالة ٠,٠٥ أي كلما زاد المستوى التعليمي لربة الأسرة كان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة سيئ وهذا قد يكون بسبب انشغالها بعملها أوقات طويلة.

٣- توجد علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين كل من (قيمة الدخل الشهري وقيمة المصروف الشهري و نسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة) و إجمالي أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة عند مستوى دلالة ٠,٠١ أي كلما زاد كلاً من الدخل الشهري وقيمة المصروف الشهري ونسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة كان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة سيئ .

وهذا يتفق مع دراسة حقى (١٩٩٢) ، (١٩٩٣) والتي أكدت أنه توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين الوعي بالترشيد الاستهلاكي الغذائي وبين كل من (المستوى التعليمي لربة الأسرة - مستوى الدخل) ، وكذلك أكدت دراسة عزيز (٢٠٠٦) أنه توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين تعليم ربة الأسرة وممارستها الاستهلاكية الغذائية العامة ، بين تعليم ربة الأسرة ووعيها الغذائي العام ، و بين الدخل الشهري لربات الأسر وممارستن الاستهلاكية الغذائية العامة وكذلك أكدت دراسة فايد (٢٠٠٨) أنه توجد علاقة ارتباطيه بين مستوى تعليم الأم والوعي بالترشيد الغذائي وتؤكد دراسة جودة (٢٠١٠) أنه يوجد اقتران ذو دلالة إحصائية بين مفهوم ربات الأسر عينة الدراسة عن السلوك الاستهلاكي وكل من المستوى التعليمي للزوجة وأكدت دراسة عزيز (٢٠١٠) علي انه توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين مستوى النمط الاستهلاكي الكلي وكمحاور فرعية لربات الأسر والمستوي التعليمي لهن و توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين مستوي النمط الاستهلاكي الكلي كمحاور فرعية لربات الأسر والمستوي التعليمي لرب الأسرة ،هذا يتفق دراسة النشار (٢٠٠٩) في توجد علاقة طردية دالة موجبة بين كل من مقياس الوعي بالموارد السلوك الشرائي ،أكدت دراسة الشهالي (٢٠١١) أنه توجد علاقة ارتباطيه سالبة بين المصروف اليومي وإدارة القدرات، وهذا يتفق مع دراسة دراز (٢٠٠٠) انه كلما زاد المستوى الاجتماعي والاقتصادي كلما زاد عدد مرات تناول الوجبات الجاهزة ،واختلفت دراسة عبده (٢٠٠٥) لا توجد علاقة ارتباطيه بين متغيرات المستوى الاجتماعي والاقتصادي لأسرة الفتاة الجامعية في كل من مصر والسعودية والسلوك الاستهلاكي للفتاة.

مما سبق يتضح ما يلي:-

- ١- توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء و أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بينما لا توجد علاقة ارتباطيه بين محور المعلومات والمعارف و إجمالي أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة .
- ٢- توجد علاقة ارتباطيه بين بعض المتغيرات الكمية (المستوي التعليمي لرب الأسرة - المستوي التعليمي لربة الأسرة وقيمة الدخل الشهري للأسرة) ووعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء بينما لا توجد علاقة ارتباطيه بين كل من (حجم الأسرة ، عمر ربة الأسرة ، عمر الطالب، وقيمة المصروف الشهري ونسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة) و إجمالي وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء .
- ٣- توجد علاقة ارتباطيه سالبة بين بعض المتغيرات الكمية (المستوي التعليمي لربة الأسرة - قيمة الدخل الشهري - قيمة المصروف الشهري - نسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة) و أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة بينما لا توجد علاقة ارتباطيه بين كل من (حجم الأسرة ، عمر ربة الأسرة و المستوي التعليمي لربة الأسرة ، عمر الطالب) و إجمالي أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة. ومن خلال كل ما سبق يتبين أن الفرض الأول قد تحقق جزئياً .

٢. النتائج في ضوء الفرض الثاني

ينص الفرض الثاني على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائياً بين العوامل وغير العوامل في كل من وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء و أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة " .

وللتحقق من صحة هذا الفرض إحصائياً تم إيجاد قيمة ت بين ربات الأسر الريفية والحضرية في استبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء وبين طلاب الريف والحضر في استبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة . والجدول (١٣) ، (١٤) يوضح ذلك .

جدول (١٣) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت لدلالة الفروق

بين ريات الأسر العاملة وغير العاملة في مستوى وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء

مستوى الدلالة	قيمة ت	الفرق بين متوسطات	تعمل ن = ١٢٥		لا تعمل ن = ١٥٥		البيان المحاور
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٠,٠١٦ دال عند ٠,٠٥	٢,٤٢٠-	٢,١٨٥-	٧,٦٣٢	٨٧,٩٩	٧,٤١٠	٨٥,٧٠	مجموع عبارات المعلومات والمعارف
٠,١٤٢ غير دال	١,٤٦٩-	١,٣٥٠-	٧,٩٠٩	٨٦,١٤	٧,٤٢٦	٨٤,٨١	مجموع عبارات الممارسات
٠,٠٣٧ دال عند ٠,٠٥	٢,٠٩٣-	٣,٥٣٥-	١٤,٣٥٨	١٧٤,٠٣	١٣,٧٩٥	١٧٠,٥١	مجموع عبارات استبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء

يتبين من جدول (١٣) ما يلي :-

- ١- متوسط درجات ريات أسر العاملات (٨٧,٩٩) بينما ريات الأسر غير العاملات (٨٥,٧٠) حيث يزيد متوسط درجات ريات أسر العاملات عن ريات أسر الغير عاملات بمقدار (٢,١٨٥) وهذا يعني وجود فروق ذات دالة إحصائية بين متوسطات درجات ريات الأسر عينة الدراسة العاملات وغير العاملات في متغير المعلومات والمعارف لصالح ريات الأسر العاملات . و يبين ذلك ارتفاع وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء لدي ريات الأسر العاملات وقد يرجع ذلك لارتفاع مستوى التعليم لديها .
- ٢- لا يوجد فروق ذات دالة إحصائية بين متوسطات درجات ريات الأسر عينة الدراسة العاملات وغير العاملات في متغير الممارسات حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة - ١,٤٦٩ وهي قيمة غير دالة إحصائيا .
- ٣- متوسط درجات ريات الأسر العاملات (١٧٤,٠٣) بينما ريات الأسر الغير عاملات (١٧٠,٥١) حيث يزيد متوسط درجات ريات أسر العاملات عن ريات أسر الغير عاملات بمقدار (٣,٥٣٥) وهذا يعني وجود فروق ذات دالة إحصائية بين متوسطات درجات ريات الأسر عينة الدراسة العاملات وغير العاملات في مجموع عبارات استبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء لصالح ريات الأسر العاملات . ويبين ذلك ارتفاع وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء لدي ريات الأسر العاملات وقد يرجع ذلك لارتفاع مستوى التعليم لديها .

جدول (١٤) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت لدلالة الفروق بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات في مستوى أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة

مستوى الدلالة	الفرق بين متوسطات قيمته ت	تعمل ن = ١٢٥		لا تعمل ن = ١٥٥		البيانات	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٠,٨٧٠ غير دال	٠,١٦٤	٠,١٥٧	٧,٨٢١	٧٤,٤٨٨	٨,٠٨٥	٧٤,٦٤٥	مجموع استبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة

يتبين من جدول (١٤) انه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب الجامعة عينة الدراسة أبناء العاملات وغير العاملات في مجموع عبارات أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة ٠,١٦٤ وهي قيمة غير دالة إحصائياً .

وهذا يتفق مع دراسة حقي (١٩٩٢) في أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الوعي بالترشيد الاستهلاكي الغذائي بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات لصالح العاملات

ومن خلال كل ما سبق تبين أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات في مجموع استبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء عند مستوى دلالة ٠,٠٥ لصالح ربات الأسر العاملات ، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة أبناء ربات الأسر العاملات وغير العاملات في مجموع أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة وبالتالي فان الفرض الثاني قد تحقق جزئياً .

٣. النتائج في ضوء الفرض الثالث

ينص الفرض الثالث على أنه " لا يوجد تباين دال إحصائياً بين عينة الدراسة في كل من وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء و أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة تبعاً لمستوي تعليم ربة الأسرة " .

وللتحقق من صحة الفرض إحصائياً تم استخدام أسلوب تحليل التباين في اتجاه واحد ANOVA لمعرفة وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء بمحورية و أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة تبعاً لمستوي تعليم ربة الأسرة بمحاورة المختلفة وتم تطبيق اختبار Tukey لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات . والجداول من رقم (١٥) حتى رقم (١٧) يوضح ذلك .

جدول (١٥) تحليل التباين في اتجاه واحد لاستبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء بمحوريه تبعا لمستوى تعليم ربة الأسرة

البيان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
مجموع عبارات المعلومات والمعارف	بين المجموعات	١١٧٩,١٩١	٧	١٦٨,٤٥٦	٣,٠٨٩	٠,٠٠٤
	داخل المجموعات الكلي	١٤٨٣١,٨٨٠	٢٧٢	٥٤,٥٢٩		دال عند ٠,٠٥
		١٦٠١١,٠٧١	٢٧٩			
مجموع عبارات الممارسات	بين المجموعات	١١٠٧,٣٤٣	٧	١٥٨,١٩٢	٢,٨١٨	٠,٠٠٨
	داخل المجموعات الكلي	١٥٢٦٩,٦٥٣	٢٧٢	٥٦,١٣٨		دال عند ٠,٠٠١
		١٦٣٧٦,٩٩٦	٢٧٩			
مجموع استبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء	بين المجموعات	٤٢٨٠,٤٩٩	٧	٦١١,٥٠٠	٣,٢٣٣	٠,٠٠٣
	داخل المجموعات الكلي	٥١٤٥٢,٩٢٦	٢٧٢	١٨٩,١٦٥		دال عند ٠,٠٥
		٥٥٧٣٣,٤٢٥	٢٧٩			

جدول (١٦) اختبار Tukey لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات في استبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء بمحوريه تبعا لمستوى تعليم ربة الأسرة

البيان	محور المعلومات والمعارف	محور الممارسات	إجمالي وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء
تعليم منخفض	٨٣,٥٦٨٦	٨٢,٦٦٦٧	١٦٦,٢٣٥٣
تعليم متوسط	٨٦,٤٥٦٣	٨٥,٣٤٩٥	١٧١,٨٠٥٨
تعليم عالي	٨٨,١١٩٠	٨٦,٥٢٣٨	١٧٤,٦٤٢٩

يتبين من جدول (١٥)، (١٦) أن :-

- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات أسر عينة الدراسة في محور المعلومات والمعارف تبعا لمستوى تعليمها حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة (٣,٠٨٩) وهي قيمة دالة عند مستوي ٠,٠٥ ولبيان اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار Tukey للمقارنات المتعددة وذلك لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في متغير المعلومات والمعارف تبعا لمستوي تعليم ربة الأسرة. وقد وجد أن هذه الاختلافات في صالح ربات الأسر الحاصلة تعليم مرتفع. حيث أن متوسط درجات ربات الأسر الحاصلة تعليم مرتفع كان ٨٨,١١٩٠ ويتدرج إلى أن يصل إلى ٨٣,٥٦٨٦ لربات الأسر الحاصلة تعليم منخفض .
- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات أسر عينة الدراسة في محور الممارسات تبعا لمستوي تعليمها حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة (٢,٨١٨) وهي قيمة دالة عند مستوي ٠,٠١ ولبيان اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار Tukey للمقارنات المتعددة وذلك لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في الممارسات تبعا لمستوي تعليم ربة الأسرة. وقد وجد أن هذه الاختلافات في صالح ربات الأسر الحاصلة تعليم مرتفع. حيث أن متوسط درجات ربات الأسر الحاصلة تعليم مرتفع كان ٨٦,٥٢٣٨ ويتدرج إلى أن يصل إلى ٨٢,٦٦٦٧ لربات الأسر الحاصلة تعليم منخفض .

٣. يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات أسر عينة الدراسة في مجموع عبارات وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء بمحورية تبعاً لمستوى تعليمها حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة (٣.٢٣٣) وهى قيمة دالة عند مستوى ٠.٠٥ ولبيان اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار Tukey للمقارنات المتعددة وذلك لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في مجموع عبارات وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء بمحورية تبعاً لمستوى تعليم ربة الأسرة. وقد وجد أن هذه الاختلافات في صالح ربات الأسر الحاصلة تعليم مرتفع. حيث أن متوسط درجات التعليم المرتفع كان ١٧٤.٦٤٢٩ ويتدرج إلى أن يصل إلى ١٦٦.٢٣٥٣ لربات الأسر الحاصلة تعليم منخفض.

جدول (١٧) تحليل التباين في اتجاه واحد لاستبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة
عينة الدراسة تبعاً لمستوى تعليم ربة الأسرة

البيان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
مجموع استبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة	بين المجموعات داخل المجموعات الكلي	٥٠٧.٤٠٢ ١٧١٦٧.٠٢٣ ١٧٦٧٤.٤٢٥	٧ ٢٧٢ ٢٧٩	٧٢.٤٨٦ ٦٣.١١٤	١.١٤٨	٠.٢٣٣ غير دال

يبين جدول (١٧) عدم وجود تباين دال إحصائياً بين طلاب الجامعة عينة الدراسة في إجمالي عبارات أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة والمستوى التعليمي لربة الأسرة حيث بلغت قيمة (ف) (١.١٤٨) وهى قيمة غير دالة إحصائياً .

وهذا يتفق مع دراسة حقي (١٩٩٣) في أنه توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين المستوى التعليمي لربة الأسرة ومستوى الوعي التخطيطي والاستهلاكي والذي يؤثر بدوره على النمط الإنفاقي والاستهلاكي وأكدت دراسة عزيز (٢٠٠٦) انه توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين تعليم ربة الأسرة ووعيها الغذائي العام وأكدت دراسة المرسي (٢٠١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطالبات في الوعي الغذائي وكذلك الوعي بإدارة الغذاء وبين تعليم الأم لصالح التعليم المرتفع. وتختلف دراسة علي (٢٠٠٨) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المستوى التعليمي للزوجة ومستوى الممارسة تبعاً للعامل المادي في الريف والحضر ووجد أن هذه الاختلافات في صالح المستويات التعليمية المنخفضة .

ومن خلال كل ما سبق يتبين أنه يوجد تباين دال إحصائياً بين عينة الدراسة في وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء بمحورية تبعاً لمستوى تعليم ربة الأسرة عند مستوى دلالة ٠.٠٥ لصالح ربات الأسر ذات المستوى التعليمي الأعلى ، ولا يوجد تباين بين أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة عينة الدراسة والمستوى التعليمي لربة الأسرة وبالتالي فان الفرض الثالث قد تحقق جزئياً .

٤. النتائج في ضوء الفرض الرابع

ينص الفرض الرابع على أنه " لا يوجد تباين دال إحصائياً بين عينة الدراسة في كل من وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء وأسلوب إنفاق الأبناء طلبية الجامعة علي الوجبات السريعة تبعاً لفئات الدخل الشهري " .

وللتحقق من صحة الفرض إحصائياً تم استخدام أسلوب تحليل التباين في اتجاه واحد ANOVA لمعرفة وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء بمحورية وأسلوب إنفاق الأبناء طلبية الجامعة علي الوجبات السريعة تبعاً لفئات الدخل الشهري بمحاورة المختلفة وتم تطبيق اختبار Tukey لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات والجداول من رقم (١٨) حتى رقم (٢٠) توضح ذلك .

جدول (١٨) تحليل التباين في اتجاه واحد لاستبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء

عينة الدراسة تبعاً لمستوي لفئة الدخل الشهري

البيان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
مجموع عبارات المعلومات والمعارف	بين المجموعات	٣٨٠,٨٩٢	٥	٦٧,١٧٨	١,٢٢٥	٠,٢٤٩ غير دال
	داخل المجموعات	١٥٦٢٠,١٧٩	٢٧٤	٥٧,٠٤٤		
	الكلية	١٦٠١١,٠٧١	٢٧٩			
مجموع عبارات الممارسات	بين المجموعات	٤٦٤,٢٣٨	٥	٩٢,٨٤٨	١,٥٥٩	٠,١٦١ غير دال
	داخل المجموعات	١٥٩١٢,٧٥٨	٢٧٤	٥٨,٠٧٦		
	الكلية	١٦٣٧٦,٩٩٦	٢٧٩			
مجموع استبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء	بين المجموعات	١٦٧٣,١١٦	٥	٣٣٤,٦٢٢	١,٦٩٦	٠,١٣٦ غير دال
	داخل المجموعات	٥٤٠٦٠,٣٠٩	٢٧٤	١٩٧,٣٠٠		
	الكلية	٥٥٧٣٣,٤٢٥	٢٧٩			

يتبين من جدول (١٨) أن :-

١. عدم وجود تباين دال إحصائياً بين متغير المعلومات والمعارف لربة الأسرة عينة الدراسة وفئة الدخل الشهري حيث بلغت قيمة (ف) (١,٣٣٥) وهي قيمة غير دالة إحصائياً .
٢. عدم وجود تباين دال إحصائياً بين متغير الممارسات لربة الأسرة عينة الدراسة وفئة الدخل الشهري حيث بلغت قيمة (ف) (١,٥٥٩) وهي قيمة غير دالة إحصائياً .
٣. عدم وجود تباين دال إحصائياً بين إجمالي وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء عينة الدراسة وفئة الدخل الشهري حيث بلغت قيمة (ف) (١,٦٩٦) وهي قيمة غير دالة إحصائياً .

جدول (١٩) تحليل التباين في اتجاه واحد لاستبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة

على الوجبات السريعة عينة الدراسة تبعاً لفئة الدخل

البيان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
مجموع استبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة	بين المجموعات داخل المجموعات الكلي	١٤٢٢,٣٤٧ ١٦٢٥٢,٠٧٨ ١٧٦٧٤,٤٢٥	٥ ٢٧٤ ٢٧٩	٢٨٤,٤٦٩ ٥٩,٢١٤	٤,٧٩٦	٠,٠٠١ دال عند ٠,٠٠١

جدول (٢٠) اختبار Tukey لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات لاستبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة

على الوجبات السريعة عينة الدراسة تبعاً لفئة الدخل

البيان	إجمالي استبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة
٢٠٠٠ جنيه فأكثر	٧١,٧٠٠٠
من ١٦٠٠ إلى أقل من ٢٠٠٠	٧٢,٨٢١٤
من ١٢٠٠ إلى أقل من ١٦٠٠	٧٤,٥١٩٢
من ٨٠٠ إلى أقل من ١٢٠٠	٧٥,٧٤٥٨
من ٥٠٠ إلى أقل من ٨٠٠	٧٨,٦٧٦٥
أقل من ٥٠٠ جنيه	٧٨,٧٧٧٨

يتبين من جدول (١٩)، (٢٠) أنه يوجد تباين دال إحصائياً بين طلاب الجامعة عينة الدراسة في إجمالي عبارات أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة تبعاً لفئة الدخل الشهري حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة (٤,٧٩٦) وهي قيمة دالة عند مستوى ٠,٠٠١ ولبيان اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار Tukey للمقارنات المتعددة وذلك لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلبة الجامعة عينة الدراسة في إجمالي عبارات أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة تبعاً لفئة الدخل الشهري. وقد وجد أن هذه الاختلافات في صالح الطلاب ذو الدخل الشهري لأسرهم منخفض. حيث أن متوسط درجات طلاب ذو الأسر منخفض الدخل كان ٧٨,٦٧٦٥ ويتدرج إلى أن يصل إلى ٧١,٧٠٠٠ في الأسر مرتفعة الدخل .

وهذا يختلف مع دراسة حقي (١٩٩١) في أنه توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين الوعي بالترشيد الاستهلاكي الغذائي لريات الأسر وبين مستوى الدخل، وذكرت دراسة دراز (٢٠٠٠) أنه توجد علاقة ارتباطيه سالبة بين مقدار المدخرين للمصروف الشخصي و المنفق على الوجبات السريعة انه كما انه كلما زاد المستوى الاجتماعي والاقتصادي كلما زاد عدد مرات تناول الوجبات الجاهزة . ومن خلال كل ما سبق يتبين عدم وجود تباين دال إحصائياً بين عينة الدراسة في وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء بمحورية تبعاً لفئة الدخل لشهري ويوجد تباين بين عينة الدراسة في أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة تبعاً لفئات الدخل الشهري عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ لصالح الدخل الشهري المنخفض وبالتالي فإن الفرض الرابع قد تحقق جزئياً .

٥. النتائج في ضوء الفرض الخامس

ينص الفرض الخامس على أنه " لا يوجد تباين دال إحصائياً بين عينة الدراسة في كل من وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء وأسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة تبعاً للإنفاق علي الوجبات السريعة " .

وللتحقق من صحة الفرض إحصائياً تم استخدام أسلوب تحليل التباين في اتجاه واحد ANOVA لمعرفة وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء بمحورية وأسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة علي الوجبات السريعة للإنفاق علي الوجبات السريعة بمحاورة المختلفة وتم تطبيق اختبار Tukey لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات . والجدول من رقم (٢١) حتى رقم (٢٤) توضح ذلك .

جدول (٢١) تحليل التباين في اتجاه واحد لاستبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء

عينة الدراسة تبعاً لنسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة

البيان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
مجموع عبارات المعلومات والمعارف	بين المجموعات	١٣٦,٠٣٤	٣	٤٥,٣٤٥	٠,٧٨٨	٠,٥٠١
	داخل المجموعات الكلي	١٥٨٧٥,٠٣٨	٢٧٦	٥٧,٥١٨		
مجموع عبارات الممارسات	بين المجموعات	٥٥٠,١٢٤	٣	١٨٣,٣٧٥	٣,١٩٨	٠,٠٢٤
	داخل المجموعات الكلي	١٥٨٢٦,٨٧٣	٢٧٦	٥٧,٣٤٤		
مجموع استبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء	بين المجموعات	١١٨٠,٤٧١	٣	٣٩٣,٤٩٠	١,٩٩١	٠,١١٦
	داخل المجموعات الكلي	٥٤٥٥٢,٩٥٤	٢٧٦	١٩٧,٦٥٦		
		٥٥٧٢٣,٤٢٥	٢٧٩			

جدول (٢٢) اختبار Tukey لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات لمجموع عبارات ممارسات ربة الأسرة في ترشيد

استهلاك الغذاء تبعاً لنسبة الإنفاق علي الوجبات السريعة

البيان	مجموع عبارات الممارسات
من ٥٠% الي اقل من ٧٥%	٨٢,٢١٩٥
من ٢٥% الي اقل من ٥٠%	٨٥,١٦٦٧
اقل من ٢٥%	٨٥,٥٧٦٩
٧٥% فأكثر	٨٦,٥٩٣٤

يتبين من جدول (٢١)، (٢٢) أن :-

- عدم وجود تباين دال إحصائياً بين محور المعلومات والمعارف لربة الأسرة عينة الدراسة والنسبة المنفقة علي الوجبات السريعة لأبنائهم طلاب الجامعة حيث بلغت قيمة (ف) (٠,٧٨٨) وهي قيمة غير دالة إحصائياً .
- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات أسر عينة الدراسة في محور الممارسات والنسبة المنفقة علي الوجبات السريعة لأبنائهم طلاب الجامعة حيث بلغت قيمة (ف) (٣,١٩٨) وهي قيمة دالة عند مستوى ٠,٠٥ وليبيان اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار Tukey للمقارنات المتعددة وذلك لمعرفة

دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في محور الممارسات تبعاً للنسبة المنفقة على الوجبات السريعة لأبنائهم طلاب الجامعة. وقد وجد أن هذه الاختلافات في صالح نسبة الإنفاق على الوجبات السريعة ٧٥% فأكثر . حيث أن متوسط درجات نسبة الإنفاق على الوجبات السريعة ٧٥% كان ٨٦.٥٩٣٤ ويتدرج إلى أن يصل إلى ٨٢.٢١٩٥ لنسبة الإنفاق على الوجبات السريعة من ٥٠% الي اقل من ٧٥% قد يكون ذلك بسبب انشغال ربات الأسر بالعمل وإقبال أبنائهم على الوجبات السريعة .

٣. عدم وجود تباين دال إحصائياً بين إجمالي وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء والنسبة المنفقة على الوجبات السريعة لطلاب الجامعة حيث بلغت قيمة (ف) (١.٩٩١) وهي قيمة غير دالة .

جدول (٢٣) تحليل التباين في اتجاه واحد لاستبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة

عينة الدراسة تبعاً لنسبة الإنفاق على الوجبات السريعة

البيان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
مجموع استبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة	بين المجموعات	٦٢٣٦,٥١٧	٣	٢٠٧٨,٨٣٩	٥٠,١٦٣	٠,٠٠٠١
	داخل المجموعات	١١٤٣٧,٩٠٨	٢٧٦	٤١,٤٤٢		دال عند
	الكل	١٧٦٤,٤٢٥	٢٦٩			٠,٠٠١

جدول (٢٤) اختبار Tukey لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات في أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على

الوجبات السريعة تبعاً لنسبة الإنفاق على الوجبات السريعة

البيان	استبيان أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة
من ٥٠% الي اقل من ٧٥%	٦٥,٧٢٢٢
من ٢٥% الي اقل من ٥٠%	٦٧,٦٥٨٥
اقل من ٢٥%	٧٤,٠٧٦٩
٧٥% فأكثر	٨٠,١٥٣٨

يتبين من جدول (٢٣)، (٢٤) أن : - أنه يوجد تباين دال إحصائياً بين طلاب الجامعة عينة الدراسة في إجمالي عبارات أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة تبعاً لنسبة إنفاقهم على الوجبات السريعة حيث بلغت قيمة (ف) (٥٠.١٦٣) وهي قيمة دالة عند مستوى ٠.٠٠١ وليبيان اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار Tukey للمقارنات المتعددة وذلك لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلبة الجامعة عينة الدراسة في إجمالي عبارات أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة تبعاً لنسبة إنفاقهم على الوجبات السريعة. وقد وجد أن هذه الاختلافات في صالح الطلاب الذين ينفقون ٧٥% فأكثر على الوجبات السريعة . حيث أن متوسط درجات الطلاب الذين ينفقون ٧٥% فأكثر على الوجبات السريعة كان ٨٠.١٥٣٨ ويتدرج إلى أن يصل إلى ٦٥.٧٢٢٢ للطلاب الذين ينفقون من ٥٠% الي اقل من ٧٥%.

حيث أكدت دراسة عبد القوي (٢٠١٠) أن الشباب هم أكثر الفئات العمرية إقبالاً على مطاعم الأغذية السريعة، وكذلك دراسة (Sam-ang (2011) أن معظم أفراد العينة من الشباب على بينة من الفوائد الصحية لأكل الوجبات المحلية وبالتالي قيمتها الغذائية العالية، إلا أن الشباب لا يزال يستهلك المأكولات السريعة على الرغم من كونها تترك آثارها السلبية وكان ذلك بسبب (الراحة، والسرعة، والنظافة، وسهولة الأكل والهدايا الترويجية وهذه الأطعمة تجعلهم يشعرون بمعايشة الحياة العصرية، وأخيراً، لأنه كان ينظر لمطاعم الوجبات السريعة على أنها أماكن جيدة للشباب للانخراط في المجتمع).

ومن خلال كل ما سبق يتبين عدم وجود تباين دال إحصائياً بين عينة الدراسة في وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء تبعاً لنسبة إنفاق أبنائها على الوجبات السريعة، ووجود تباين دال إحصائياً بين طلاب الجامعة عينة الدراسة في إجمالي عبارات أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة تبعاً لنسبة إنفاقهم على الوجبات السريعة عند مستوى دلالة ٠,٠٠٢ لصالح الطلاب الذين ينفقون ٧٥٪ فأكثر على الوجبات السريعة وبالتالي فإن الفرض الخامس تحقق جزئياً.

ثالثاً : ملخص لأهم نتائج الدراسة الميدانية

- ١- توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء وأسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بينما لا توجد علاقة ارتباطيه بين محور المعلومات والمعارف و إجمالي أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة .
- ٢- توجد علاقة ارتباطيه بين بعض المتغيرات الكمية (المستوي التعليمي لرب الأسرة - المستوى التعليمي لربة الأسرة وقيمة الدخل الشهري للأسرة) ووعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء بينما لا توجد علاقة ارتباطيه بين كل من (حجم الأسرة، عمر ربة الأسرة، عمر الطالب، وقيمة المصروف الشهري ونسبة الإنفاق على الوجبات السريعة) و إجمالي وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء .
- ٣- توجد علاقة ارتباطيه سالبة بين بعض المتغيرات الكمية (المستوي التعليمي لربة الأسرة - قيمة الدخل الشهري - قيمة المصروف الشهري - نسبة الإنفاق على الوجبات السريعة) و أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة بينما لا توجد علاقة ارتباطيه بين كل من (حجم الأسرة، عمر ربة الأسرة و المستوى التعليمي لربة الأسرة، عمر الطالب) و إجمالي أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة.
- ٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائياً بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات في مجموع استبيان وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء عند مستوى دلالة ٠,٠٥ لصالح ربات الأسر العاملات، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائياً بين طلاب الجامعة أبناء ربات الأسر العاملات وغير العاملات في مجموع أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة وبالتالي فإن الفرض الثاني قد تحقق جزئياً.

- ٥- يوجد تباين دال إحصائياً بين عينة الدراسة في وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء بمحورية تبعاً لمستوى تعليم ربة الأسرة عند مستوى دلالة ٠,٠٥ لصالح ربوات الأسر ذات المستوى التعليمي الأعلى .
- ٦- لا يوجد تباين بين أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة عينة الدراسة والمستوي التعليمي لربة الأسرة .
- ٧- عدم وجود تباين دال إحصائياً بين عينة الدراسة في وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء بمحوريه تبعاً لفئة الدخل لشهري .
- ٨- يوجد تباين بين عينة الدراسة في أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة تبعاً لفئات الدخل الشهري عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ لصالح الدخل الشهري المنخفض .
- ٩- عدم وجود تباين دال إحصائياً بين عينة الدراسة في وعي ربة الأسرة بترشيد استهلاك الغذاء تبعاً لنسبة إنفاق أبنائها على الوجبات السريعة .
- ١٠- وجود تباين دال إحصائياً بين طلاب الجامعة عينة الدراسة في إجمالي عبارات أسلوب إنفاق الأبناء طلبة الجامعة على الوجبات السريعة تبعاً لنسبة إنفاقهم على الوجبات السريعة عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ لصالح الطلاب الذين ينفقون ٧٥% فأكثر على الوجبات السريعة .

رابعاً :- التوصيات:

- ١- إقامة الندوات والبرامج الإرشادية الموجهة لربوات الأسر لزيادة وعيهم بأهمية ترشيد الاستهلاك الغذائي وكيفية استخدام والترشيد في سلوكهم الاستهلاكي لتكوين اتجاهات إيجابية لدى أبنائهم طلبة الجامعة في الموارد المتاحة أفضل سلوكهم الاستهلاكي.
- ٢- عمل دورات تدريبية لطلبة الجامعة لتنمية سلوكهم الاستهلاكي السليم من خلال توعيتهم بالمعلومات اللازمة عن مخاطر استهلاك الوجبات السريعة وتنمية روح الانتماء لديهم وإشعارهم بالمسؤولية وغرس بعض القيم الإنسانية (القناعة والتعفف ، التوسط والاعتدال ، وعدم الإسراف)
- ٣- يوصى بتقديم برامج لربوات الأسر من أجل توعيتهن بالسلوك الاستهلاكي وكيفية ترشيد استهلاك الغذاء لإحداث تغييرات مقبولة في النمط الاستهلاكي لأبنائها للارتقاء بأسرتها وتنمية المجتمع وذلك عن طريق كافة وسائل الإعلام المقروءة والمرئية والمسموعة.
- ٤- الاهتمام بتوعية الأبناء من خلال مناهج الاقتصاد المنزلي بكافة المراحل التعليمية لتعليمهم الأنماط الاستهلاكية السليمة عامة وتجاه استهلاك الوجبات السريعة خاصة .
- ٥- تشجيع مطاعم الوجبات السريعة على تقديم وجبات أصح للبدن عن طريق خفض السرعات الحرارية وتقليل نسبة الملح وتزويد تلك الوجبات ببعض الخضروات الصحية الطازجة والعصائر الطبيعية .

قائمة المراجع

أولا : المراجع العربية

١. بكار. عبد الكريم (٢٠١٠) : المراهق كيف نفهمه وكيف نوجهه ؟ ، دار السلام للطباعة والنشر والترجمة ، القاهرة ، مصر الطبعة الأولى .
٢. حقى. زينب محمد (١٩٩٢) : " العلاقة بين الوعي بالترشيد الاستهلاكي والغذائي والإنفاق على الطعام لدى ربة الأسرة المصرية " ، مجلة بحوث الاقتصاد المنزلي ، كلية الاقتصاد المنزلي ، جامعة المنوفية ، المجلد الثاني ، العدد الثاني ، أبريل .
٣. حقى. زينب محمد (١٩٩٣) : " أثر المستوى التعليمي لربة الأسرة علي النمط الانفاقي والاستهلاكي في ميزانية الأسرة " ، مجلة بحوث الاقتصاد المنزلي ، كلية الاقتصاد المنزلي ، جامعة المنوفية المجلد الثالث ، العدد الأول - يناير
٤. دراز. إيمان السيد محمد (٢٠٠٠) : " اتجاهات الشباب نحو تناول الوجبات السريعة الجاهزة وتأثيرها في اقتصاديات الأسرة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية النوعية ، المنصورة .
٥. الشرييني . مروة شاكر (٢٠٠٦) : المراهقة وأسباب الانحراف ، دار الكتاب الحديث ، القاهرة ، مصر .
٦. عبد القوى. أحمد حسن أحمد (٢٠١٠) : " الأغذية السريعة ومرض السمنة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة قناة السويس . ، كلية السياحة والفنادق ، قسم الدراسات الفندقية
٧. عبد اللطيف. علي عثمان محمد (٢٠٠٥) : "علاقة الوعي الغذائي بالاستهلاك الغذائي والسلوك الاقتصادي لدي طلاب جامعة المنوفية " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الاقتصاد المنزلي ، جامعة المنوفية .
٨. عبده. رحاب محروس محمد (٢٠٠٥) : " دراسة مقارنة بين بعض الطالبات الجامعيات المصريات والسعوديات في أسلوب السلوك الاستهلاكي " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الاقتصاد المنزلي ، جامعة المنوفية
٩. عزيز. حنان حنا (٢٠٠٦) : " العلاقة بين الاستهلاك الغذائي لربة الأسرة والحالة الغذائية لأطفالها " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية النوعية ، جامعة المنصورة .
١٠. عزيز. حنان حنا (٢٠١٠) : " سلوكيات ربة الأسرة في إدارة الوقت والجهد وعلاقتها بالنمط الاستهلاكي لها ولطفلها " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية النوعية ، جامعة المنصورة
١١. علي. عبير عبده محمد (٢٠٠٨) : " علاقة العامل المادي والعامل الديني بالسلوك الاستهلاكي لربة الأسرة وسبل تفعيل الوعي الديني الاستهلاكي لربة الأسرة " ، رسالة دكتوراه ، كلية الاقتصاد المنزلي ، جامعة المنوفية .
١٢. مراد .كارلا حبيب (٢٠٠٧) : الكامل في أسرار التغذية " ، أكاديميا انترناشونال ، الطبعة الثانية
١٣. المرسي. دعاء عوضين إبراهيم (٢٠١٠) : " برنامج إرشادي لتنمية الوعي بإدارة الغذاء لدي طالبات كلية التربية النوعية بالمنصورة وفرعيها " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية النوعية ، المنصورة .
١٤. المصري .خضر (٢٠٠٧) : عادات التغذية، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، الطبعة الأولى ، مصر .

١٥ . الهنداوى . علي فالح (٢٠٠٥): علم نفس النمو الطفولة والمراهقة ، دار الكتاب الجامعي، العين ، الإمارات العربية المتحدة .

ثانيا : المراجع الأجنبية

16. Anderson B, Rafferty AP, Lyon-Callo S, Fussman C, Imes G (2011): "Fast-food consumption and obesity among Michigan adults",. Prev Chronic Dis;8(4):A71. http://www.cdc.gov/pcd/issues/2011/jul/10_0186.htm
17. Sam-ang Seubsman.(2011):" Cultural resistance to fast-food consumption(A study of youth in North Eastern Thailand)" National Centre for Epidemiology and Population Health, The Australian National University, Canberra, Australia
18. <http://www.sabq.org/sabq/user/news.do?section=٥&id=١٢٣٩١>
19. <http://bafree.net/alhisn/showthread.php?t=٦٥١٤٠&page=١>
20. http://www.moheet.com/show_files.aspx?fid=٣٥٢١٠٧