



WPROWADZENIE

Rosnące wskaźniki nadwagi i otyłości, ale także niedożywienia i niedowagi u dzieci zwracają uwagę zarówno praktyków, jak i teoretyków z dziedziny nauk o żywieniu, o zdrowiu oraz psychologii, którzy wskazują konieczność podążania w kierunku zweryfikowania oddziaływań rodziny na zachowania związane z jedzeniem i wprowadzenia zmian w tym obszarze. W związku z tym coraz częściej sugerują oni, że zachowania jedzeniowe są funkcją środowiska, w jakim jednostka żyje i rozwija się jako osoba.

Środowisko sprzyjające otyłości (*obesogenic environment*) staje się jako całość obszarem zainteresowań i badań zarówno szczegółowych: dotyczących istoty procesów zachodzących między czynnikami społecznymi, politycznymi, kulturowymi a relacyjnymi i indywidualnymi w genezie otyłości i nadwagi, jak i odnoszących się do ogólnego obrazu zaburzeń udokumentowanego epidemiologicznie.

Coraz intensywniej przyglądamy się rozwojowi zachowań związanych z jedzeniem (*eating behaviors*) dzieci i młodzieży oraz ich utrwalonej formie nawykowej (*habits*), a także procesowi ich kształtowania w rodzinie i innych grupach społecznych (np. rówieśniczych, por. Ogden, 2011). Przedstawiciele nauki przyglądają się rodzicom i ich praktykom żywieniowym, zwłaszcza zachowaniom związanym z karmieniem (*feeding behavior*), oraz stylom oddziaływania na dzieci w tym zakresie (*feeding styles*).

Rodzice oddziałują na środowisko żywieniowe dzieci poprzez wiele czynników, m.in. prowadzoną aktywność fizyczną vs. siedzący tryb

życia, zadowolenie z ciała, dostępność i osiągalność potraw/produktów, struktury posiłków, socjalizację zachowań związanych z jedzeniem oraz praktyki rodzicielskie w zakresie karmienia dzieci (Golan i Weizmann, 2001; Golan i Crow, 2004, s. 41; Golan, 2006).

Celem przyświecającym autorce niniejszej publikacji jest przybliżenie problematyki związanej z rodzinnymi uwarunkowaniami rozwoju zachowań jedzeniowych dzieci. Poprzez zachowania jedzeniowe rozumiem zachowania związane z uruchamianiem i zatrzymywaniem aktywności służącej osiągnięciu sytości. Zachowania jedzeniowe jako pojęcie i określenie pojawiają się stosunkowo rzadko, częściej są zastępowane pojęciami: „zachowania związane z jedzeniem” lub „nawyki żywieniowe”, co nie do końca odzwierciedla sens, który oddaje termin „zachowania jedzeniowe”. Dlatego też, opierając się na analizach badań własnych i przeglądzie doniesień innych badaczy, w publikacji tej szczególnie konsekwentnie chcę utrzymać etykietę zachowań jedzeniowych jako określenia psychologicznego (nie zaś dietetycznego) aspektu odżywiania, czyli wyboru i spożywania konkretnych produktów o określonych właściwościach odżywczych. W tym miejscu warto również wspomnieć o bogatej tradycji polskich socjologicznych badań nad procesem jedzenia w rodzinie (por. m.in. Domański, Karpiński, Przybysz i Straczuk, 2015).

W niniejszej publikacji przedstawiono psychologiczną analizę rodzinnych uwarunkowań rozwoju zachowań związanych z procesem jedzenia, nie zaś z procesem odżywiania, które jest przedmiotem zainteresowania dietetyków. To przede wszystkim rodzice, kształtując środowisko rozwoju dziecka, oddziałują na formowanie zachowań związanych z jedzeniem, m.in. poprzez dominujący styl opieki rodzicielskiej, modelowanie zachowań jedzeniowych, tworzenie środowiska żywieniowego, praktyki związane z karmieniem oraz strukturę posiłków rodzinnych (Golan, 2010).

Prezentowane wyniki przeprowadzonych przeze mnie badań i ich analizy odnoszą się do nurtu badań określanego przez Ogden (2011, s. 35) jako model rozwojowy, w którym zakłada się oddziaływanie czynników środowiskowych z wykorzystaniem takich mechanizmów, jak: eskpozycja, uczenie się społeczne i uczenie się asocjacyjne. Współzmienność tych czynników kształtuje określone preferencje członków rodziny w zakresie wyborów zachowań służących samoregulacji w środowisku żywieniowym.

Wprowadzenie

Materiał badawczy uzyskano w ramach projektu badawczego¹, który składał się z dwóch etapów: ankietowego i obserwacyjnego (tab. 1).

Tab. 1. Plan projektu badawczego

Etapy	Narzędzia badawcze
Etap I	<ul style="list-style-type: none">• Skala Postaw Rodzicielskich (Plopa, 2008b)• Kwestionariusz zachowań żywieniowych rodziców (Wardle, Sanderson, Guthrie, Rapoport i Plomin, 2002)• Kwestionariusz zachowań żywieniowych dziecka (Wardle, Guthrie, Sanderson i Rapoport, 2001)• Kwestionariusz Rodzinne Środowisko Żywieniowe
Etap II	<ul style="list-style-type: none">• Obserwacja zachowań żywieniowych rodziców i dziecka podczas rodzinnego posiłku na podstawie Systemu Kodowania Interakcji Rodziny Podczas Posiłku (narzędzie własne)• Kwestionariusz Temperamentu EAS (Oniszczenko, 1997; Buss i Plomin, 1984)• Wywiad związany z organizacją środowiska żywieniowego (narzędzie własne)

Źródło: opracowanie własne.

Badanie ankietowe przeprowadzono w placówkach oświatowo-opiekuńczych na terenie miasta Poznania (trzy żłobki, trzy przedszkola i trzy szkoły podstawowe – klasy 0–IV). Placówki były zlokalizowane zarówno w śródmieściu, jak i na obrzeżach miasta, aby uzyskać dostęp do możliwie zróżnicowanych grup rodziców.

Organizacja badań przebiegała w następujących etapach:

1. uzyskanie zgody dyrektora placówki na podstawie przedstawienia i udokumentowania sposobu i celu badania;
2. wybranie koordynatora – osoby monitorującej przebieg rozdawania i zbierania ankiet w oddziałach i klasach, przeszkolonej w zakresie specyfiki projektu, aby mogła udzielać informacji rodzicom na zebraniach i nauczycielom przekazującym ankiety;

¹ Badania były finansowane przez MNiSW w ramach grantu nr NN 106 010 440 na lata 2011–2014 pt. „Zachowania żywieniowe rodziców w kontekście rozwoju samoregulacji zachowań jedzeniowych dzieci”.

Wprowadzenie

3. ogłoszenie o badaniu w placówce za pomocą plakatów oraz indywidualnych ulotek informacyjnych dla rodziców;
4. rozdanie ankiet na zebraniach chętnym rodzicom (poza zebraniem – osobom nieobecny);
5. zebranie ankiet/rozdanie ulotek przypominających o terminie oddawania wypełnionych ankiet.

Ogółem rozdano 900 kompletów ankiet, a zebrano 230 ankiet od par rodziców i 96 od rodziców wypełniających ankietę pojedynczo (mimo założenia, że badanie dotyczy par rodziców, ankietę wypełniali też rodzice, którzy nie namówili partnera do wypełnienia, oraz rodzice samotnie wychowujący dzieci). Czas przeprowadzania badań w placówce wahał się od 3 tygodni do 1,5 miesiąca.

Ostatecznie do puli poddanej opracowaniu statystycznemu włączono wyniki 210 par rodziców i 83 pojedynczych rodziców.

Zestaw ankiet (dla ojca i matki w kopercie) składał się z:

1. informacji o badaniu z prośbą o wypełnienie każdego zestawu osobno i oddanie w wyznaczonym terminie do placówki,
2. metryczki,
3. Kwestionariusza Rodzinnego Środowiska Żywnościowego,
4. Kwestionariusza Zachowań Rodziców Związanych z Karmieniem,
5. Kwestionariusza Zachowań Jedzeniowych Dziecka,
6. Kwestionariusza Postaw Rodzicielskich,
7. Kwestionariusza Oceny Temperamentu – EAS (wersja dla rodziców).

W prezentowanych badaniach zastosowano procedurę doboru celowego i ochotniczego według kryterium wieku dzieci w placówkach oraz dostępności i gotowości do współpracy rodziców. Wadą doboru celowego i ochotniczego jest ograniczenie możliwości formułowania wniosków poza grupę objętą badaniem, gdyż może ona nieadekwatnie odzwierciedlać strukturę całej populacji.