

## MIEJSCE ZAMIESZKANIA JAKO CZYNNIK RÓŻNICUJĄCY POSTAWY ŻYWIENIOWE GIMNAZJALISTÓW

*Joanna Bartkowicz*

*Akademia Morska w Gdyni*

**Słowa kluczowe:** gimnazjaliści, postawy, miejsce zamieszkania

**Streszczenie:** Postawy żywieniowe młodzieży kształtowane są od najmłodszych lat. Wpływają one nie tylko na rozwój dzieci i młodzieży, lecz mogą decydować także o stanie zdrowia w późniejszym wieku. Jednym z najczęściej występujących zaburzeń związanych z nieprawidłowymi zachowaniami żywieniowymi jest otyłość, która warunkuje inne schorzenia (cukrzycę, wady postawy, choroby niedokrwienne, osteoporozę i wiele innych). Celem pracy była weryfikacja założenia zakładającego, że miejsce zamieszkania jest czynnikiem, który istotnie różnicuje postawy żywieniowe młodzieży szkół gimnazjalnych, w stosunku do naturalnej żywności, prawidłowego żywienia oraz postrzegania własnej sylwetki. Badanie przeprowadzono w grupie młodzieży gimnazjalnej liczącej 310 osób, w tym 190 uczniów z Gdyni (61,3%) i 120 uczniów z Ostrołęki (38,7%). Młodzież z obu miast wykazała się postawą neutralną wobec żywności naturalnej i wobec prawidłowego żywienia. Miejsce zamieszkania wpłynęło istotnie statystycznie na postawy szczegółowe wobec stwierdzeń dotyczących regularności posiłków, wartości odżywczej pieczywa białego i razowego oraz żywności wysoko przetworzonej ( $p < 0,05$ ). Wobec pozostałych stwierdzeń istotności nie wykazano. Obie grupy charakteryzowały się negatywną postawą wobec roli błonnika jako ważnego składnika w żywieniu. Miejsce zamieszkania różnicowało istotnie statystycznie odpowiedzi uczniów, którzy uznali, że szczupła sylwetka świadczy o dobrym zdrowiu, a otyła jest nieestetyczna, ale nie jest szkodliwa dla zdrowia. Uczniowie z obu miast podobnie uszeregowali stwierdzenia dotyczące sylwetki ciała, nadając im te same rangi.

### **Wprowadzenie**

Okres dorastania jest ogromnie zróżnicowany interindywidualnie i trudno jest jednoznacznie określić granice dorastania, w których mieściłyby się wszystkie jednostki należące do dowolnej kultury. Dlatego też, dla uporządkowania dalszych rozważań,

przyjęto, że granice dorastania obejmują wiek między 11. a 18. rokiem życia. Początek tego okresu wyznaczają zmiany natury anatomiczno-fizjologicznej, jakie zachodzą w organizmie. Młodzież w tym czasie poszukuje własnej tożsamości w tworzeniu nowego obrazu własnej osoby, czego częstym objawem jest przejmowanie cudzych zachowań, poglądów [1].

W początkowym okresie życia osobami, od których dzieci przejmują postawy, są przede wszystkim rodzice. W wieku dorastania, głównymi „inspiratorami” postaw stają się grupy rówieśnicze, często wypierając wpływ rodziców. Obecnie poważnym źródłem postaw oddziałującym w masowej skali są media, a szczególnie telewizja [2]. Młodzież zazwyczaj czerpie wzorce z kultury masowej, włącza kult ciała do swojego systemu wartości i na tej podstawie tworzy własną tożsamość [3].

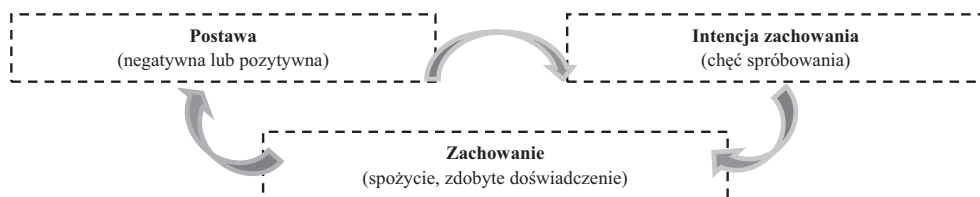
Postawą wobec dowolnego obiektu (przedmiotu, zdarzenia, idei, innej osoby) nazywamy względnie stałą skłonność do pozytywnego lub negatywnego ustosunkowywania się człowieka do tego obiektu. Może mieć ona charakter zarówno emocji, jak i mniej lub bardziej chłodnej oceny obiektu. Określenie czyjejś postawy wobec jakiegoś obiektu oznacza umiejscowienie człowieka na dwubiegunowym kontinuum ustosunkowania do tego obiektu, rozciągającego się od stosunku negatywnego do stosunku skrajnie pozytywnego. Kluczowymi właściwościami postawy są: znak (większe lub mniejsze) i natężenie (większe lub mniejsze) [2]. Inna z definicji zakłada, że postawę tworzą składniki: emocjonalny (uczuciowo-oceniający składnik postawy), poznawczy (przekonania człowieka na temat danego obiektu) i behawioralny (tendencja do pozytywnych lub negatywnych zachowań w stosunku do obiektu) [4].

Postawy są niezwykle trudne do zmiany, ze względu na fakt, że ludzkie procesy poznawcze nie zawsze są logiczne. Chociaż człowiek zdolny jest do ścisłego myślenia, w różnym stopniu jest skłonny do zniekształceń i ogromnej niedbałości w swoich procesach myślowych [5].

Postawa, jako rezultat przekonań, najczęściej wiąże się z założeniem o jej postpoznawczym charakterze, czyli z poglądem, że emocjonalny stosunek do obiektu wynika ze świadomych opinii na jego temat. Postawy mogą także wynikać z zachowań kierowanych na ich obiekt. Wiele badań przekonuje, że ludzie wnioskuje o swoich postawach na podstawie własnych niedawnych zachowań, jednak, aby ten efekt wystąpił, muszą być spełnione dwa warunki. Po pierwsze, początkowa postawa (poprzedzająca zachowanie) musi być słaba i mało wyrazista dla jej podmiotu. Po drugie, zachowanie musi być postrzegane jako niewymuszone zewnętrznymi naciskami innych (na przykład nadzorem lub wymaganiami innych osób, nagrodami, unikaniem kar). Tak więc, aby zachowania wpływały na nasze opinie, muszą być widziane jako zależne od nas samych, a nie od sytuacji [6].

Znajomość postaw pozwala na bliższe określenie późniejszego zachowania, dając jednocześnie odpowiedź na przyczyny takiego, a nie innego postępowania, co przedstawia ryc. 1.

**Ryc. 1.** Zależność między postawą a zachowaniem



Źródło: na podstawie [6]

Miejsce zamieszkania, stopień zamożności, poziom wykształcenia są jednymi z wielu wyróżników statusu społeczno-ekonomicznego, które decydują o spożyciu żywności i stylu życia rodziców, a przez to dzieci i młodzieży [7, 8]. Powiązania między wymienionymi wyróżnikami i wieloma innymi są bardzo skomplikowane, zwłaszcza, że relacje zachodzące między niektórymi działają na zasadzie sprzężenia zwrotnego np. niski poziom wykształcenia rodziców, niski poziom wiedzy żywieniowej – ograniczenia ekonomiczne w zaspokajaniu potrzeb żywieniowych – niski poziom wiedzy żywieniowej dzieci. Większość błędów żywieniowych przekazywana jest pokoleniowo [9]. Ludność mieszkająca na wsi lub w małych miasteczkach z wielu powodów ma częściej niższy poziom wykształcenia, niższe dochody i częściej pozostaje bez pracy. Niekorzystny wpływ środowiska wiejskiego lub małomiasteczkowego na sposób żywienia potwierdzają badania [10, 11]. Przewidywanie konkretnych zachowań jest możliwe tylko wówczas, gdy dokonywane są pomiary postaw szczegółowych. Związek między zachowaniami żywieniowymi dzieci i młodzieży a postawami względem żywności i zdrowego odżywiania jest nadal aktualnym tematem.

Celem podjętego badania było wykazanie wpływu środowisk miejskich różnej wielkości na postawy wobec prawidłowego żywienia, naturalnej żywności oraz wobec własnej sylwetki młodzieży szkół gimnazjalnych.

## Metody badania

Badanie było przeprowadzone z zastosowaniem metody sondażu diagnostycznego i objęło N=310 uczniów szkół gimnazjalnych, z Ostrołki n=120 (ponad 53 tys. mieszkańców [12]) i Gdyni n=190 (ponad 247 tys. mieszkańców) [13]. Dziewczęta stanowiły 51,6% (n=160), chłopcy zaś 48,4% (n=150) badanej populacji. Badanie

przeprowadzono w 2015 roku, na przełomie kwietnia i maja. Analizę statystyczną wykonano z użyciem programu Statistica PL 10. Wykorzystano w niej tabele krzyżowe oraz test  $\chi^2$ ,  $p < 0,05$ . Czynnikiem różnicującym było miejsce zamieszkania. Zbadano postawy wobec prawidłowego żywienia, sylwetki ciała i produktów naturalnych (ocena zagrożeń ortoreksją). Do oceny zagrożeń ortoreksją zastosowano subskalę NPA (Natural Product Attitude) skali HTAS (Health and Taste Attitudes Scales) zaproponowaną przez Roininem [14]. Możliwe były odpowiedzi od „zdecydowanie tak” – 5 do „zdecydowanie nie” – 1. Stwierdzenia zawierające negację rekodowano. Ocenę postaw wobec własnej sylwetki przeprowadzono w oparciu o skalę porządkową dwubiegunową, 5-stopniową: od 5 – „całkowicie zgadzam się” do 1 – „całkowicie się nie zgadzam”.

## Wyniki i dyskusja

Profil socjodemograficzny badanej grupy respondentów przedstawiono w tabeli 1, uwzględniając wykształcenie rodziców. W Ostrołęce niektórzy uczniowie mieli kłopot z określeniem wykształcenia rodziców (czworo uczniów nie podało wykształcenia mamy – 3,3%, pięcioro wykształcenia taty – 4,2%). Średnia wieku badanych to 15 lat.

**Tabela 1.** Profil socjodemograficzny respondentów

Miejsce zamieszkania	Ogółem	Gdynia		Ostrołęka	
Liczba badanych	N=310	n=190/ 61,3%		n=120/ 38,7%	
Płeć rodzica		Mama	Tata	Mama	Tata
Wykształcenie rodziców	Podstawowe	1,1%	1,1%	8,3%	10,4%
	Zawodowe	11,5%	14,2%	19,2%	28,8%
	Średnie	25,8%	30,5%	32,5%	33,0%
	Wyższe	61,6%	54,2%	36,7%	27,8%
Braki				3,3%	4,2%

Źródło: badanie własne

Zbadano postawy gimnazjalistów wobec prawidłowego sposobu żywienia z uwzględnieniem miejsca zamieszkania. Nadając wartości liczbowe określonym poziomom skali, dokonano kwantyfikacji udzielonych odpowiedzi. Ustalono przedziały liczbowe, które opisują określone postawy: negatywna  $<1 \div 2,5$ ), neutralna  $<2,5 \div 3,5$ ), pozytywna  $<3,5 \div 5>$  (tab. 2).

**Tabela 2.** Średnie wartości punktowe opisujące postawy [pkt]

Numer stwierdzenia	Stwierdzenia /Miejsce zamieszkania	Średnia ilość punktów dla stwierdzeń						
		Ogółem	Gdynia	Ostrołęka	Gdynia		Ostrołęka	
					Płeć			
					Dziewczęta	Chłopcy	Dziewczęta	Chłopcy
1.	Regularne spożywanie posiłków nie ma znaczenia dla zdrowia	3,75	3,93	3,45	4,07	3,78	3,66	3,26
2.	Produkty ekologiczne mają wyższą wartość odżywczą niż konwencjonalne	2,83	2,89	2,75	2,79	3,00	2,84	2,66
3.	Przyjemność odczuwana podczas jedzenia jest ważniejsza niż to, co się je	2,80	2,77	2,85	2,58	2,99	2,74	2,95
4.	Ważnym składnikiem diety jest błonnik	2,11	2,13	2,08	2,11	2,16	1,97	2,18
5.	Pieczywo białe i razowe ma taką samą wartość odżywczą	3,27	3,74	2,53	3,78	3,68	2,31	2,74
6.	Żywność wysoko przetworzona jest szkodliwa dla zdrowia	3,28	3,79	2,47	3,88	3,69	2,33	2,60

Postawa: **pozytywna**, neutralna, **negatywna**

Źródło: Badanie własne

Z analizy przeprowadzonego badania wynika, że gimnazjaliści z Gdyni i Ostrołęki wykazali się postawą obojętną wobec zasad prawidłowego żywienia. Średnie wartości uzyskane w badaniu obejmującym sześć stwierdzeń oscylowały od postaw pozytywnych do negatywnych. Miejsce zamieszkania wpłynęło istotnie statystycznie na postawy uczniów wobec stwierdzenia 1., 5. i 6. ( $p < 0,05$ ). Wobec pozostałych stwierdzeń istotnego wpływu miejsca zamieszkania nie stwierdzono. Analiza szczegółowa postaw wykazała, że uczniów z Gdyni charakteryzowała pozytywna postawa wobec stwierdzenia 1., 5., i 6. Taka postawa może sugerować, że badani niewłaściwie interpretują zasadę dotyczącą regularności posiłków oraz sądzą, że pieczywo białe i razowe charakteryzują się taką samą wartością odżywczą. Jednocześnie wskazują na szkodliwość żywności wysoko przetworzonej. Gimnazjaliści z Ostrołęki prezentowali postawy obojętne wobec stwierdzeń 1. i 5. Natomiast postawa negatywna wobec stwierdzenia 6. sugeruje, że ich przekonania w tym temacie nie są prawidłowe. Obie grupy wykazały negatywną postawę wobec istotnego stwierdzenia (4), odnoszącego się do roli błonnika, którego obecność w pożywieniu jest konieczna.

Tabela 2 przedstawia postawy z uwzględnieniem zarówno miejsca zamieszkania, jak i płci. Uwzględniając płeć, jako czynnik różnicujący, stwierdzono różnice w postawach

wśród młodzieży z Ostrołęki. Dziewczęta prezentowały odmienne postawy niż chłopcy (poza stwierdzeniem 2., 3. i 4.).

Problem ten dotyczy nie tylko młodzieży gimnazjalnej, ale jeszcze młodszych dzieci – uczniów szkół podstawowych. W badaniu Górnickiej i wsp. kilkoro dzieci wskazało żelki w kształcie owocu jako produkt z grupy owoców. Fakt ten świadczy o potrzebie intensyfikacji działań edukacyjnych w zakresie żywienia już na etapie szkoły podstawowej [15].

Wyraźne problemy z interpretacją zasad prawidłowego żywienia są charakterystyczne nie tylko dla przedstawionych w badaniu gimnazjalistów. Podobne wyniki uzyskano w badaniach przeprowadzonych na gimnazjalistach z warszawskiego Ursynowa. Badanie Kowalcze wykazało, że uczniowie nie znali podstawowej terminologii żywieniowej. Tylko 45% dziewcząt i 32% chłopców właściwie interpretowało i rozumiało znaczenie racjonalnego żywienia. Znaczny odsetek zaś nie widział związku pomiędzy składem czy liczbą spożywanych posiłków a ich wpływem na stan zdrowia [16].

Problem z regularnością spożywanych posiłków obserwowany jest od wielu lat. Między innymi Rochowicz, w oparciu o wyniki zrealizowanych badań, wskazał jako szczególnie niepokojące unikanie pierwszego śniadania przez dziewczęta (16-22%) [17]. Z tym problemem zetknęła się również Czerw w badaniu dzieci szkół podstawowych i gimnazjalistów. Unikanie śniadań dotyczyło 13,9% uczniów, kolacji 34,8% dziewcząt i 20,1% chłopców [18]. Kiciak i wsp. także raportowali o pomijaniu pierwszych śniadań przez ponad 20% młodzieży (dziewcząt i chłopców) ze szkół średnich w województwie śląskim [19].

Na poziomie szkoły podstawowej wyższy odsetek dzieci spożywa regularnie posiłki, co może być spowodowane większą kontrolą i wpływem rodziców w tej grupie wiekowej. Natomiast młodzież gimnazjalna odżywia się mniej regularnie. Takie spostrzeżenia odnotowała Boniecka i wsp. Jedynie co piąty uczeń gimnazjum, oprócz głównych posiłków, jadał regularnie drugie śniadanie, skąd wnioskowano, że prawie połowa z nich nie spożywała żadnego posiłku podczas trwających 6-8 godzin zajęć szkolnych [20].

Obok często wymienianego czynnika, jakim jest płeć, na sposób odżywiania się dzieci istotny wpływ ma również miejsce zamieszkania. Potwierdzają to badania Błońskiej i wsp. Badacze ci stwierdzili, że dzieci z terenów wiejskich częściej korzystały ze stołówki szkolnej niż dzieci z miasta. Dzieci z miasta chętniej kupowały słodczy i chipsy w sklepiku szkolnym, zaś dzieci mieszkające na wsi soki i produkty fast food. Dostrzeżono także różnicę w częstości spożywania produktów, takich jak: napoje gazowane oraz dania typu fast food [21]. Różnice w sposobie odżywiania się dzieci i młodzieży, pochodzących z różnych środowisk, zdiagnozowane zostały w latach wcześniejszych [22, 23].

W tabeli 3 zestawiono odpowiedzi gimnazjalistów z Gdyni i Ostrołęki, które opisują postrzeganie sylwetki. Dla poszczególnych stwierdzeń obliczono rangi wobec postawy pozytywnej, a następnie uszeregowano je. Miejsce zamieszkania różnicowało istotne

statystycznie odpowiedzi młodzieży w stwierdzeniach 1. i 2., w przypadku pozostałych stwierdzeń nie wykazano różnic. Nieznaczne różnice w odpowiedziach odnotowano tylko w przypadku stwierdzenia 3. i 9. Wobec pozostałych stwierdzeń uczniowie z obu miast uszeregowali je podobnie.

Na pierwszym miejscu znalazło się stwierdzenie, że otyłość jest przyczyną wielu chorób ( $R=1$ ), 82,6% pozytywnych odpowiedzi uczniów z Gdyni vs 85,3% z Ostrołęki. Wobec stwierdzenia 4., które znalazło się na miejscu 2, było 78,5% pozytywnych odpowiedzi młodzieży gdyńskiej vs 73,3% młodzieży ostrołęckiej. Na ostatnim miejscu gimnazjaliści umieścili stwierdzenie, że otyła sylwetka jest nieestetyczna, ale nie jest szkodliwa dla zdrowia  $R=(9)$ .

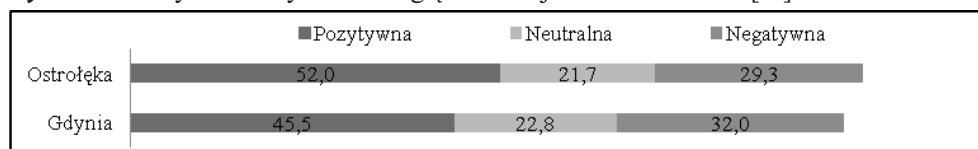
**Tabela 3.** Postawy wobec sylwetki z uwzględnieniem miejsca zamieszkania [%]

Numer stwierdzenia	Stwierdzenia / Miejsce zamieszkania	Całkowicie zgadzam się		Zgadzam się		Ani zgadzam się, ani nie zgadzam się		Nie zgadzam się		Całkowicie nie zgadzam się		Ranga wobec postawy pozytywnej	
		Gdynia	Ostrołęka	Gdynia	Ostrołęka	Gdynia	Ostrołęka	Gdynia	Ostrołęka	Gdynia	Ostrołęka	Gdynia	Ostrołęka
1.	Szczupła sylwetka świadczy o dobrym zdrowiu (IS) $p=0,02554$	13,2	25,0	28,4	20,0	14,7	20,0	33,7	29,2	10,0	5,8	4	4
2.	Otyła sylwetka jest nieestetyczna, ale nie jest szkodliwa dla zdrowia (IS) $p=0,00872$	6,3	14,1	11,6	15,0	17,9	19,2	35,3	39,2	28,9	12,5	9	9
3.	Osoby tęgie mają mniej przyjaciół (NS)	7,9	13,3	16,3	18,3	23,2	15,9	32,6	34,2	20,0	18,3	8	7
4.	Nadmiernie wychudzona sylwetka jest nieestetyczna (NS)	38,0	33,3	40,5	40,0	12,1	12,5	4,7	5,9	4,7	8,3	2	2
5.	Bardzo szczupła sylwetka jest modna (NS)	16,3	22,5	20,5	20,0	36,3	30,8	16,3	20,0	10,6	6,7	5	5
6.	Otyłość jest przyczyną wielu chorób (NS)	37,9	41,2	44,7	44,1	10,5	6,7	5,3	5,0	1,6	2,5	1	1
7.	Nadwaga świadczy o braku troski o swój wygląd (NS)	13,2	20,0	20,5	19,2	29,0	29,2	28,4	24,2	8,9	7,5	6	6
8.	Ludzie podążają za modą w stosowaniu diet (NS)	21,6	30,0	46,8	35,0	24,7	26,7	5,8	5,0	1,1	3,3	3	3
9.	Szczupła sylwetka gwarantuje powodzenie w życiu (NS)	11,1	17,5	14,7	12,5	33,7	34,2	31,0	26,7	9,5	9,1	7	8

Źródło: Badanie własne

Na rycinie 2. przedstawiono rozkład postaw wobec sylwetki, jakie prezentowali uczniowie. W analizie uwzględniono miejsce zamieszkania jako parametr różnicujący. Gdyby była nim płeć najprawdopodobniej uzyskano by różnice w postawach dziewcząt i chłopców. W trakcie dojrzewania to dziewczęta znacznie częściej niż chłopcy bardziej krytycznie podchodzą do sylwetki. W wielu badaniach autorzy wykazują, że zadowolenie ze swojego wyglądu wśród dzieci i młodzieży jest na niskim poziomie i zmniejsza się wraz z wiekiem.

**Ryc. 2.** Postawy wobec sylwetki względem miejsca zamieszkania [%]



Źródło: Badanie własne

Środki masowego przekazu czy internet odgrywają znaczącą rolę w kształtowaniu postaw wobec własnego wyglądu, nawyków żywieniowych i stylu życia. Bardzo powoli zmieniające się kanony piękna nie są obecnie w stanie wyprzeć ze świadomości dziewcząt niewłaściwego sposobu postrzegania własnej sylwetki. Dążą one do wyglądu chorobliwie chudych modelek i aktorek, zmieniając przy tym swoje nawyki żywieniowe [24].

Badanie Rasińskiej i wsp. wykazało [25], że dążenie do idealnego wyglądu dotyczy nie tylko kobiet. Rośnie odsetek mężczyzn dbających o swój wygląd, i jak wykazano, jest on w tej chwili wyższy niż kobiet (64,7% vs 61,6%). Według badanych studentów sylwetki kobiet i mężczyzn promowane w mediach są wyidealizowane, a kreowany przez media wizerunek ma wpływ na rozpowszechnianie się zaburzeń odżywiania.

Kochan-Wójcik i Piskorz [26], badając dziewczęta i kobiety w wieku 13-50 lat, doszły do wniosku, że wraz z wiekiem spada zarówno stopień monitorowania wyglądu własnej sylwetki, jak i zaabsorbowania szczupłym ideałem kobiecego ciała promowanym w mediach.

W przeprowadzonym badaniu oceniano także postawy wobec naturalnej żywności (NPA – Natural Product Attitude). Udzielone odpowiedzi zostały skwantyfikowane, przypisano im wartości od 1 do 5. Ustalono przedziały liczbowe, które opisują określone postawy (tabela 5). Miejsce zamieszkania nie miało wpływu (NS) na odpowiedzi uczniów odnośnie produktów naturalnych. W stosunku do żywności naturalnej uczniowie z Gdyni i Ostrołęki prezentowali postawę neutralną. Postawa zachowawcza może sugerować, że posiadane wiadomości na temat żywności ekologicznej, dodatków do żywności, czy żywności przetworzonej są niedostateczne (czynnik poznawczy postawy). Płeć



wpłynęła istotnie statystycznie ( $p=0,04482$ ) na odpowiedzi uczniów z Ostrołęki tylko wobec stwierdzenia 4.

**Tabela 4.** Postawy w stosunku do produktów naturalnych [średnie pkt]

Numer stwierdzenia	Stwierdzenia /Miejsce zamieszkania	Średnia ilość punktów						
		Ogółem	Gdynia	Ostrołęka	Gdynia		Ostrołęka	
					Dziewczęta	Chłopcy	Dziewczęta	Chłopcy
1.	Nie jem produktów przetworzonych, ponieważ nie wiem, co zawierają	3,09	3,02	3,21	2,75	3,34	3,16	3,26
2.	Staram się unikać produktów, które zawierają dodatki	3,09	3,04	3,17	2,88	3,22	3,05	3,27
3.	Chciałabym jeść tylko żywność ekologiczną	3,00	3,11	2,83	2,94	3,30	2,69	2,97
4.	Dodatki poprawiające smakowość są szkodliwe dla zdrowia	3,38	3,37	3,39	3,56	3,16	3,48	3,31
5.	Żywność ekologiczna nie jest lepsza niż konwencjonalna	2,85	2,90	2,76	2,79	3,02	2,64	2,90
6.	Nie zwracam uwagi na substancje dodawane do produktów	2,74	2,75	2,71	2,68	2,84	2,76	2,66

Postawa: **negatywna** <1÷2,5), neutralna <2,5÷3,5), **pozytywna** <3,5÷5>

Źródło: badania własne

Czarnocińska i wsp., badając postawy dziewcząt i kobiet względem żywności naturalnej, wykazały postawę negatywną w przypadku 4,3% badanych, postawę neutralną 74,8% i postawę pozytywną u 20,9% badanych. Wykazano jednocześnie małe zainteresowanie respondentek własnym zdrowiem, co dało przekonanie o potrzebie edukacji z zakresu żywienia człowieka wraz z edukacją prozdrowotną ukierunkowaną na treści dostosowane do wieku [27].

Ostatnim elementem przeprowadzonych badań było określenie wpływu wykształcenia rodziców na postawy w stosunku do żywności naturalnej (czynnik różnicujący – wykształcenie rodziców). Nie stwierdzono statystycznej zależności (NS) pomiędzy poziomem wykształcenia któregośkolwiek rodzica a postawą względem żywności naturalnej w grupie gdyńskiej. Natomiast w ostrołęckiej grupie badanych stwierdzono wpływ wykształcenia mamy (IS) na odpowiedzi w stwierdzeniach 1. i 5. Były nimi: „nie jem produktów przetworzonych, ponieważ nie wiem, co zawierają” ( $p=0,02895$ ), „chciałabym jeść tylko żywność ekologiczną” ( $p=0,03356$ ), „żywność ekologiczna nie jest lepsza niż

konwencjonalna” ( $p=0,00091$ ). Wykształcenie ojców nie wpływało istotnie statystycznie na odpowiedzi badanych.

Z powyżej przedstawionych wyników badań wnioskować można, jak ważna jest edukacja w zakresie żywienia, aby wyeliminować niewłaściwe zachowania i wpłynąć na kształtowanie prawidłowych postaw. Szczegółowa analiza postaw w stosunku do żywienia pozwala przypuszczać o istnieniu nieprawidłowości w zachowaniach żywieniowych badanej grupy gimnazjalistów.

## Wnioski

Na podstawie uzyskanych wyników stwierdzono, że:

1. Gimnazjaliści z Gdyni i Ostrołęki charakteryzowali się postawami obojętnymi wobec zasad prawidłowego żywienia. Miejsce zamieszkania wpłynęło istotnie statystycznie na zróżnicowanie szczegółowych postaw wobec stwierdzeń dotyczących regularności posiłków, wartości odżywczej pieczywa białego i razowego oraz żywności wysoko przetworzonej ( $p<0,05$ ). Wobec pozostałych stwierdzeń istotnego wpływu miejsca zamieszkania na postawy nie wykazano. Obie grupy charakteryzowały się negatywną postawą wobec roli błonnika jako ważnego składnika w żywieniu.
2. Miejsce zamieszkania różnicowało istotne statystycznie odpowiedzi uczniów, którzy uznali, że szczupła sylwetka świadczy o dobrym zdrowiu, a otyła jest nieestetyczna, ale nie szkodliwa dla zdrowia. W przypadku pozostałych twierdzeń nie odnotowano różnic.
3. Uczniowie z obu miast podobnie uszeregowali stwierdzenia dotyczące sylwetki ciała, nadając im te same rangi. Pozytywnych odpowiedzi udzieliło 52,0% uczniów z Ostrołęki vs 45,5% z Gdyni. Najważniejsze dla obu grup było stwierdzenie, że otyłość jest przyczyną wielu chorób ( $R=1$ ), 82,6% pozytywnych odpowiedzi uczniów z Gdyni vs 85,3% z Ostrołęki. Na ostatnim miejscu umieścili stwierdzenie, że otyła sylwetka jest nieestetyczna, ale nie jest szkodliwa dla zdrowia  $R=(9)$ . Miejsce zamieszkania różnicowało istotne statystycznie odpowiedzi młodzieży w stosunku do stwierdzeń, że szczupła sylwetka świadczy o dobrym zdrowiu oraz otyła sylwetka jest nieestetyczna, ale nie jest szkodliwa dla zdrowia. W pozostałych nie stwierdzono różnic.
4. Badani z obu miast charakteryzowali się neutralnymi postawami wobec żywności naturalnej (NPA). Miejsce zamieszkania nie miało wpływu (NS) na ich odpowiedzi. Wykształcenie matek uczniów z Ostrołęki miało statystycznie istotny wpływ na postawy ich dzieci wobec żywności naturalnej.

## Bibliografia

1. Strelau J. (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki 1*. Wyd. GWP, Gdańsk 2008.
2. Strelau J. (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki 3*. Wyd. GWP, Gdańsk 2008.
3. Jarząbek G., *Socjokulturowe uwarunkowania jadłowstrętu psychicznego*. Ginekologia Praktyczna 2007; 1: 41-44.
4. Mika S., *Psychologia społeczna. Podręcznik akademicki*, Wyd. PWN, Warszawa 1982.
5. Jeżewska-Zychowicz M., *Zachowania żywieniowe i ich uwarunkowania*. Wyd. SGGW, Warszawa 2007.
6. Babicz-Zielińska E., Zabrocki R., *Postawy konsumentów wobec prozdrowotnej wartości żywności*. Żywność. Nauka. Technologia. Jakość 2007; 6 (55): 81–89.
7. Mazur J., Woynarowska B., *Mierniki nierówności społecznych w badaniach ankietowych młodzieży szkolnej*. Przegląd Epidemiologiczny 2004; 58: 377-390.
8. Blakely T., Hales S., Woodward A., *Poverty: assessing the distribution of health risks by socioeconomic position at national and local levels*. WHO Reports, Nutrition for health and development, protection of the human Environment. Environmental Burden of Disease Series 2004; 10.
9. Wądołowska L., *Żywieniowe podłoże zagrożeń zdrowia w Polsce*. Wyd. UWM, Olsztyn 2011.
10. Babicz-Zielińska E., Schlegel-Zawadzka M., Wądołowska L., Przysławski J., Czarnocińska J., *Wpływ miejsca zamieszkania na preferencje i spożycie żywności*. Bromatologia i Chemia Toksykologiczna 2004; 37, Supl.: 51-57.
11. Waluś A., Wądołowska L., Cichon R., Długosz T., *Analiza zwyczajów żywieniowych młodzieży z Polski Północno-Wschodniej z zastosowaniem analizy czynnikowej*. Bromatologia i Chemia Toksykologiczna 2006; 3: 217-222.
12. [http://warszawa.stat.gov.pl/vademecum/vademecum\\_mazowieckie/portrety\\_miast/miasto\\_ostroleka.pdf](http://warszawa.stat.gov.pl/vademecum/vademecum_mazowieckie/portrety_miast/miasto_ostroleka.pdf) [data dostępu 12.12.2015].
13. <http://stat.gov.pl/statystyka-regionalna/rankingi-statystyczne/miasta-najwieksze-pod-wzglem-liczby-ludnosci/> [data dostępu 12.12.2015].
14. Roininen K., *Evaluation of food choice behavior: development and validation of health and taste attitude scales*. Univeristy of Helsinki, Department of Food Technology, Helsinki 2001: 1-55, <http://ethesis.helsinki.fi/julkaisut/maa/elint/vk/roininen/evaluati.pdf> [data dostępu 10.09.2015].
15. Górnicka M., Wiszniewska Z., Wojtas M., Wawrzyniak A., Araucz M., *Rozumienie zaleceń żywieniowych zawartych w piramidzie żywienia przez dzieci w wieku szkolnym*. Problemy Higieny i Epidemiologii 2014; 95 (1): 81-85.

16. Kowalcze K., *Wybrane zagadnienia żywieniowe i sposób żywienia gimnazjalistów warszawskiego Ursynowa*. [W:] Wolska-Adamczyk (red.), *Znaczenie racjonalnego żywienia w edukacji zdrowotnej*. WSiZ, Warszawa 2015: 117-124.
17. Rochowicz F., *Prozdrowotne zachowania młodzieży szkolnej. Perspektywa społeczna i humanistyczna*. Zdrowie-Kultura-Edukacja, AWFIS, Gdańsk 2008.
18. Czerw A., *Możliwości kształtowania postaw zdrowotnych dzieci i młodzieży w Polsce*. [W:] Seń M., Dębska G. (red.), *Zagrożenia zdrowotne wśród dzieci i młodzieży*. Oficyna Wydawnicza AFM, Kraków 2011: 147-157.
19. Kiciak A., Całyniuk B., Grochowska-Niedworok E., Kardas M., Dul L., *Zachowania żywieniowe młodzieży z województwa śląskiego*. *Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu* 2014; 20, 3: 296-300.
20. Boniecka I., Michota-Katulka E., Ukleja A., Czerwonogrodzka A., Kowalczyk E., Szczygłowska A., *Zachowania żywieniowe wybranej grupy dzieci w wieku szkolnym w aspekcie zagrożenia otyłością*. *Przegląd Lekarski* 2009; 66, 1-2: 49-51.
21. Błońska A., Walecka-Kapica E., Chojnacki C., Łokieć K., *Ocena zwyczajów żywieniowych oraz stanu odżywienia dzieci ze szkół podstawowych w mieście i na wsi*. *Żywność Człowieka i Metabolizm* 2014; 41, 3: 143-154.
22. Komosińska K., Woynarowska B., Mazur J., *Zachowania zdrowotne związane z żywieniem u młodzieży szkolnej w latach 1990-1998*. *Żywność Człowieka i Metabolizm* 2001, VIII (1): 17-29.
23. Pieszko-Klejnowska M., Stankiewicz M., Niedożytko M., Kazanecka I., Łysiak-Szydłowska W., *Ocena sposobu odżywiania się gimnazjalnej młodzieży zamieszkującej wieś i miasto*. *Pediatrics Współczesna. Gastroenterologia, Hepatologia i Żywność Dziecka* 2007, 9 (1): 59-62.
24. Chmielewska E.A., *Wzorce medialne sylwetki kobiecej i ich wpływ na nawyki dietetyczne dziewcząt*. *Pielęgniarstwo XXI wieku* 2010; 3-4 (32-33): 49-54.
25. Rasińska R., Nowakowska I., Głowacka-Rębała A., *Postrzeżenie własnego ciała przez młodzież akademicką*. *Zdrowie Dobrostan* 2013; 3: 113-124.
26. Kochan-Wójcik M., Piskorz J., *Zmiany w zakresie postrzeżenia i oceny własnego ciała wśród kobiet od okresu dojrzewania do dorosłości*. *Psychologia Rozwojowa*. 2010; 15, 3: 21-32.
27. Czarnocińska J., Jeżewska-Zychowicz M., Babicz-Zielińska E., Kowalkowska J., Wądołowska L., *Postawy względem żywności, żywienia i zdrowia a zachowania żywieniowe dziewcząt i młodych kobiet w Polsce*. Wyd. UWM, Olsztyn 2013.