

Spis treści

Wstęp	7
ROZDZIAŁ I	
ZACHOWANIA ŻYWIENIOWE I ICH UWARUNKOWANIA	9
1.1. ANALIZA POJĘCIA „ZACHOWANIA ŻYWIENIOWE” W KONTEKŚCIE ZACHOWAŃ KONSUMENCKICH/KONSUMPCYJNYCH	9
1.2. KULTUROWY ASPEKT ZACHOWAŃ ŻYWIENIOWYCH	11
1.3. ZACHOWANIA ŻYWIENIOWE JAKO OBSZAR ZACHOWAŃ ZWIĄZANYCH ZE ZDROWIEM	13
1.4. PROBLEMATYKA ZACHOWAŃ ŻYWIENIOWYCH W KONTEKŚCIE PSYCHOLOGII SPOŁECZNEJ	17
1.5. INTERDYSCYPLINARNE MODELE WYJAŚNIAJĄCE ZACHOWANIA ŻYWIENIOWE	21
ROZDZIAŁ II	
ZACHOWANIA ŻYWIENIOWE MŁODZIEŻY JAKO PRZEDMIOT BADAŃ PEDAGOGICZNYCH	29
2.1. ZNACZENIE SPOSOBU ODŻYWIANIA DLA PRAWIDŁOWEGO ROZWOJU DZIECI I MŁODZIEŻY SZKOLNEJ	29
2.2. RODZINNE UWARUNKOWANIA ZACHOWAŃ ŻYWIENIOWYCH	32
2.3. ZNACZENIE GRUPY RÓWIEŚNICZEJ W KSZTAŁTOWANIU POSTAW MŁODZIEŻY WOBEC ODŻYWIANIA SIĘ	35
2.4. MEDIA A ZACHOWANIA ŻYWIENIOWE MŁODZIEŻY	38
ROZDZIAŁ III	
SOCJALIZACJA WARTOŚCI I PRZEKONAŃ ZWIĄZANYCH ZE ZDROWYM ODŻYWIANIEM - WYZWANIE DLA EDUKACJI ŻYWIENIOWEJ	41
3.1. ZDROWIE JAKO WARTOŚĆ	42
3.2. WARTOŚCI A PROZDROWOTNE ZACHOWANIA ŻYWIENIOWE	45
3.3. PRZEKONANIA ZDROWOTNE ZWIĄZANE Z ODŻYWIANIEM	46
3.4. SPOŁECZNE UWARUNKOWANIA WARTOŚCI, PRZEKONAŃ ZDROWOTNYCH I ZACHOWAŃ ŻYWIENIOWYCH	48
ROZDZIAŁ IV	
METODOLOGICZNE PODSTAWY BADAŃ	53
4.1. CEL I PRZEDMIOT BADAŃ	53
4.2. METODA I TECHNIKI BADAWCZE	57
4.3. SPOSOBY ANALIZY I INTERPRETACJI DANYCH	58
4.4. CHARAKTERYSTYKA BADANEJ GRUPY	59

ROZDZIAŁ V	
SAMOOCENA WŁASNEGO WYGLĄDU I GOTOWOŚĆ	
DO POSZERZANIA WIEDZY ŻYWIENIOWEJ BADANEJ MŁODZIEŻY	
PODSTAWĄ ZMIANY SPOSOBU ODŻYWIANIA	
	61
5.1. OCENA WŁASNYCH ZACHOWAŃ ŻYWIENIOWYCH MŁODZIEŻY	61
5.2. SPOSTRZEGANIE WŁASNEGO CIAŁA PRZEZ GIMNAZJALISTÓW	
I STUDENTÓW	64
5.3. DZIAŁANIA PODEJMOWANE PRZEZ MŁODZIEŻ	
W CELU REDUKCJI MASY CIAŁA	68
5.4. POSZUKIWANIE INFORMACJI NA TEMAT ZDROWEGO ODŻYWIANIA	69
5.5. PODSUMOWANIE	71
ROZDZIAŁ VI	
PODMIOTOWE UWARUNKOWANIA ZACHOWAŃ ŻYWIENIOWYCH	
MŁODZIEŻY – WARTOŚCI OSOBISTE I PRZEKONANIA	
NA TEMAT ZDROWEGO ODŻYWIANIA	
	73
6.1. MIEJSCA ZDROWIA W HIERARCHII WARTOŚCI BADANEJ MŁODZIEŻY	73
6.2. POSTRZEGANIE „WARTOŚCI ZDROWIA”	
W RODZINIE I GRUPIE RÓWIEŚNICZEJ	79
6.3. MIEJSCA ZDROWIA W HIERARCHII WARTOŚCI	
A ZACHOWANIA ŻYWIENIOWE BADANEJ MŁODZIEŻY	81
6.4. PRZEKONANIA NA TEMAT ZALEŻNOŚCI	
MIĘDZY ODŻYWIANIEM SIĘ A ZDROWIEM	85
6.5. PODSUMOWANIE	87
ROZDZIAŁ VII	
SOCJOKULTUROWE UWARUNKOWANIA	
ZACHOWAŃ ZWIĄZANYCH Z ODŻYWIANIEM	
	89
7.1. PRZEKONANIA NA TEMAT CZYNNIKÓW	
WPŁYWAJĄCYCH NA SPOSÓB ODŻYWIANIA	89
7.2. OCENA WPŁYWU WYBRANYCH UWARUNKOWAŃ	
SOCJOKULTUROWYCH NA ZACHOWANIA ŻYWIENIOWE MŁODZIEŻY	93
7.3. PODSUMOWANIE	104
ROZDZIAŁ VIII	
PODSUMOWANIE I WNIOSKI	
	105
Zakończenie	
Strategie rozwijania prozdrowotnej edukacji żywieniowej	
(na różnych etapach Modelu Planowanego Zachowania)	
	109
Spis rysunków i tabel	
	113
Literatura	
	117