



ORIGINAL ARTICLE

Received: 2016/05/24

Accepted: 2016/05/25

Determinants of Consumer Behavior Breakfast The Students in Grades Four, Five Six Primary Schools in City Abarkuh Based on the Theory of Planned Behavior

Mohammad Ali Morowatisharifabad (Ph.D.)¹, Fatemeh Barzegar (M.Sc.)², Azadeh Nadjarzadeh (Ph.D.)³, Hossein Fallahzadeh (Ph.D.)⁴, Nasrin Mehrjoyan (M.Sc.)⁵

1. Professor, Elderly Health Research Center, School of Public Health, Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, Yazd, Iran.

2. Corresponding Author: M.Sc. Student of Health Education, School of Public Health, Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, Yazd, Iran. Email: barzegar.HE@gmail.com Tel: 0913002875

3. Associate Professor, Department of Nutrition, School of Public Health, Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, Yazd, Iran.

4. Professor, Research center of prevention and epidemiology of non-communicable disease, School of Public Health, Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, Yazd, Iran.

5. M.Sc. Student in Health Education, School of Public Health, Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, Yazd, Iran.

Abstract

Introduction: Breakfast is one of the main meals helps students make learning easier. The aim of this study was to investigate determinants of consumer behavior Breakfast The students in grades four, five Six primary schools in city Abarkuh Based on the theory of planned behavior.

Methods In a cross-sectional design, a total number of 327 students, 161 Men and 166 Women entered in the study using cluster random sampling. Data were collected by a questionnaire which was designed based on TPB. Measure the validity was used to of the content and face validity by five expert opinions and Cronbach's alpha approved reliability of the questionnaire. Data were analyzed via SPSS software.

Results: Means and standard deviations of TPB constructs were as following: Behavior (40/99±6/53), attitude (18/27±4/46), subjective norms (15/37±3/64), perceived behavioral control (17/88±6/09), behavioral intention (15/52±4/83). Means and standard of breakfast consumption by students was (4/46±1/12) in recent months and 2/4 percent of students were eat breakfast in recent months. Regression analysis revealed that Attitude, subjective norms, perceived behavioral control significantly predict the breakfast consuming behavior and attitude was the strongest predictor. Also, regression analysis revealed that attitude, subjective norms, perceived behavioral control significantly predict the behavioral intention.

Conclusion: Whereas all the planned behavior predict behavior breakfast of One can conclude that higher pattern has been efficient in explaining consumer behavior Breakfast. Given that attitude was the strongest predictor, it is recommended that greater attention should be placed in intervention planning.

Keywords: Pattern of planned behavior, eating breakfast, students, education

Conflict of interest: The authors declared that there is no Conflict of interest



This Paper Should be Cited as:

Author : Mohammad Ali Morowatisharifabad, Fatemeh Barzegarabarghouyi, Azadeh Nadjarzadeh, Hossein Fallahzadeh, Nasrin Mehrjoyan. Determinants of consumer behavior Breakfast The students Grades Four Five Six Primary Schools Tolooebehdasht Journal. 2018; 17(2):64-76. [Persian]



تعیین کننده های رفتار مصرف صبحانه در دانش آموزان پایه های چهار، پنجم و ششم مدارس

ابتدایی شهرستان ابرکوه بر اساس نظریه رفتاربرنامه ریزی شده

نویسندگان: محمد علی مروتی شریف آباد^۱، فاطمه بزرگر^۲، آزاده نجارزاده^۳، حسین فلاح زاده^۴،

نسرین مهرجویان

۱. استاد مرکز تحقیقات سلامت سالمندی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی یزد، یزد، ایران.

۲. نویسنده مسئول: دانشجوی کارشناس ارشد گروه آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی یزد، یزد، ایران تلفن تماس: ۰۹۱۳۰۰۲۸۷۵۰ Email: fatemehbarzegar68@gmail.com

۳. دانشیار گروه تغذیه، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی یزد، یزد، ایران.

۴. استاد مرکز تحقیقات پیشگیری و اپیدمیولوژی بیماری های غیر واگیر، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی یزد، یزد، ایران.

۵. دانشجوی کارشناس ارشد گروه آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی یزد، یزد، ایران.

چکیده

مقدمه: صبحانه یکی از وعده های اصلی غذایی است که به دانش آموزان کمک می کند تا فراگیری بهتری داشته باشند. هدف از این مطالعه بررسی تعیین کننده های رفتار مصرف صبحانه در دانش آموزان پایه های چهار، پنجم و ششم مدارس ابتدایی شهرستان ابرکوه بر اساس نظریه رفتاربرنامه ریزی شده بود.

روش بررسی: این مطالعه توصیفی تحلیلی به صورت مقطعی بر روی دانش آموزان مقطع ابتدایی پایه های چهارم، پنجم و ششم شهرستان ابرکوه انجام شد. تعداد ۳۲۷ دانش آموز، به صورت تصادفی چندمرحله ای در مطالعه وارد شدند. ابزار گردآوری داده ها پرسشنامه ای بود که از زیر مقیاسهای اطلاعات شخصی و سازه های رفتار، نگرش، هنجارهای انتزاعی، کنترل رفتار درک شده و قصد رفتاری تشکیل شده بود. پایایی و روایی پرسشنامه اندازه گیری و تأیید شد. تجزیه و تحلیل داده ها توسط نرم افزار SPSS و با استفاده از شاخص های مرکزی و پراکنندگی، ضریب همبستگی اسپیرمن، رگرسیون خطی و آنالیز واریانس صورت گرفت.

یافته ها: میانگین نمره ی رفتار $40/99 \pm 6/53$ (محدوده ۱-۷۷)، نگرش $18/27 \pm 4/46$ (محدوده ۰-۲۴)، هنجارهای انتزاعی $15/37 \pm 3/64$ (محدوده ۰-۲۴)، کنترل رفتار درک شده $17/88 \pm 6/09$ (محدوده ۰-۲۶) و قصد رفتاری $15/52 \pm 4/83$ (محدوده ۰-۲۰) بود. ۲/۴ درصد از دانش آموزان در ماه اخیر اصلاً صبحانه نخورده بودند. نگرش ($\beta=0/17$)، هنجارهای انتزاعی ($\beta=0/01$)، و کنترل رفتار درک شده ($\beta=0/15$)، توانستند ۸ درصد از واریانس رفتار مصرف صبحانه را پیش بینی کنند که در بین سازه ها نگرش قویترین پیش بینی کننده بود. بعلاوه نگرش ($\beta=0/233$)، هنجارهای انتزاعی ($\beta=0/165$)، کنترل رفتاری درک شده ($\beta=0/516$)، توانستند ۵۰ درصد از واریانس قصد رفتاری مصرف صبحانه را پیش بینی کنند که در بین سازه ها کنترل رفتاری درک شده قویترین پیش بینی کننده بود.

نتیجه گیری: نظریه رفتار برنامه ریزی شده در تبیین رفتار مصرف صبحانه کارآمد است و نگرش قویترین پیش بینی کننده رفتار و کنترل رفتاری درک شده قویترین پیش بینی کننده قصد است لذا پیشنهاد می گردد در برنامه ریزی های مداخله ای مورد توجه قرار گیرند.

واژه های کلیدی: نظریه رفتار برنامه ریزی شده، مصرف صبحانه، دانش آموزان، آموزش

این مقاله حاصل پایان نامه کارشناسی ارشد آموزش بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی یزد می باشد.

طلوع بهداشت

دو ماهنامه علمی پژوهشی

دانشکده بهداشت یزد

سال هفدهم

شماره سوم

مرداد و شهریور ۱۳۹۷

شماره مسلسل: ۶۹

تاریخ وصول: ۱۳۹۵/۰۳/۰۴

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۵/۰۳/۰۹



مقدمه

درسال های کودکی به دلیل رشد سریع بدن و تغییرات بیولوژیکی و روانی نیازهای تغذیه ای بدن افزایش می یابد (۱). رشد و تکامل مطلوب کودکان در گرو تغذیه صحیح و عادات غذایی مناسب است. تغذیه و عادات غذایی ناصحیح می تواند منجر به اختلال در رشد جسمی، افت تحصیلی و کاهش میزان یادگیری دانش آموزان گردد. تغذیه صحیح و متناسب بودن برنامه غذایی یکی از شرایط لازم برای حفظ سلامتی کودکان به ویژه در سنین مدرسه، به دلیل آسیب پذیری بیش تر، تشکیل دادن درصد بالایی از جمعیت، و بالاتر بودن اثر بخشی مداخلات بهداشتی-درمانی می باشد. عدم توجه به این موضوع مهم می تواند سلامت جسمی و ذهنی و نیز رشد و نمو دانش آموزان را به خطر اندازد که درمان آن مشکل و گاهی اوقات غیر ممکن می باشد. رژیم غذایی علاوه بر ارتباط با رشد و تکامل می تواند برخی از مشکلات مرتبط با سلامتی خاص این دوره سنی مانند سلامت استخوان ها، فساد و خرابی دندان ها، اختلالات خوردن، چاقی، بیوست، سوء تغذیه و کم خونی فقر آهن را تقلیل داده یا تشدید نماید (۲). یادگیری، انجام مناسب فعالیت ها و تکالیف مدرسه، کاهش دفعات غیبت ها در مدرسه و در نهایت پیش رفت تحصیلی کودکان در مدرسه همه تحت تأثیر عوامل مختلف تغذیه ای قرار دارند که در این بین نقش صبحانه به عنوان ضروری ترین وعده غذایی بر ای کودکان بسیار مهم می باشد (۳) مصرف صبحانه باعث حفظ وزن مناسب و شاخص توده بدن متعادل شده و سبب بهبود عملکردهای شناختی، بهبود حافظه و تمرکز توجه می شود (۴-۶).

نکته مهم آن است که عدم مصرف صبحانه در دانش آموزان دختر بیشتر است و شیوع آن با وضعیت اجتماعی و اقتصادی پایین و افزایش سن بیشتر می شود (۸-۷). میزان حذف وعده غذایی صبحانه در جمعیت های مختلف متفاوت است و از ۱/۷ تا ۳۰ درصد گزارش شده است (۹). بررسیهای صورت گرفته در ایران نشان می دهد که ۸ درصد دانش آموزان مدارس ابتدایی لنگرود (۱۰)، ۱۵ درصد دانش آموزان در ارومیه (۱۱) و ۱۶/۸ دانش آموزان دختر اردبیل (۱۲) بدون صرف صبحانه به مدرسه می روند.

لازم به ذکر است که ارزش برنامه های آموزشی به میزان اثربخشی این برنامه ها بستگی دارد و اثربخشی برنامه های آموزشی به مقدار زیادی بستگی به استفاده صحیح از تئوری ها و مدل ها دارد (۱۳). نظریه رفتار برنامه ریزی شده یکی از الگوهای شناخته شده تغییر رفتار است. در این نظریه، قصد تعیین کننده اصلی رفتار است. خود قصد تحت تأثیر ۳ سازه مستقل نگرش، هنجار انتزاعی و کنترل درک شده است. نگرش، ارزشیابی مثبت یا منفی فرد را از انجام یک رفتار را منعکس می کند. هنجار انتزاعی اشاره به این مسئله دارد که فشارهای اجتماعی درک شده ممکن است باعث شود فردی رفتار خاصی را انجام دهد یا ندهد و سرانجام کنترل درک شده سختی یا آسانی متصور در خصوص اجرای یک رفتار ویژه است که مستقیم و غیر مستقیم بر رفتار موثر است (۱۴). در این زمینه مطالعه ی رحیمی و همکاران که با هدف بررسی وضعیت مصرف صبحانه در دانش آموزان شهر قم و عوامل پیش بینی کننده آن براساس سازه های الگوی ارتقای سلامت پندرانجام شد نشان داد بهتر است در طراحی مداخلات تغذیه ای برای



ویژه در یزد محدود می باشد، این مطالعه با هدف بررسی تعیین کننده های رفتار مصرف صبحانه در دانش آموزان پایه های چهار، پنجم و ششم مدارس ابتدایی شهرستان ابرکوه بر اساس نظریه رفتار برنامه ریزی شده در سال ۱۳۹۴ انجام شد.

روش بررسی

پژوهش حاضر از نوع تحلیلی می باشد که به صورت مقطعی در سال ۱۳۹۴ انجام گرفت. جامعه ی مورد بررسی دانش آموزان مقطع ابتدایی پایه های چهارم، پنجم، و ششم شهرستان ابرکوه بودند. برای انجام مطالعه ابتدا با معرفی نامه از طریق دانشگاه علوم پزشکی یزد با آموزش و پرورش شهرستان ابرکوه، هماهنگی لازم صورت گرفت و در مرحله بعد به آموزش و پرورش شهرستان مراجعه و از لیست مدارس ابتدایی دخترانه به صورت تصادفی دو مدرسه هم چنین از لیست مدارس ابتدایی پسرانه هم به طور تصادفی دو مدرسه انتخاب شدند و در مدارس انتخاب شده ۳۲۷ دانش آموز پایه های چهارم، پنجم و ششم شامل ۱۶۱ دانش آموز پسر و ۱۶۶ دانش آموز دختر وارد مطالعه شدند.

ابزار جمع آوری اطلاعات پرسشنامه محقق ساخته شامل سه بخش بود. بخش اول اطلاعات دموگرافیک و زمینه ای شامل سن، جنس، مقطع تحصیلی، میزان تحصیلات پدر، میزان تحصیلات مادر، شغل پدر، شغل مادر، وزن، قد، دریافت کمک غذایی و نوع بیمه بود. بخش دوم متغیرهای آنتروپومتریک شامل قد و وزن بود و بخش سوم گویه های مربوط به سازه های نظریه رفتار برنامه ریزی شده بود. در این بخش، قصد رفتاری با پنج گویه و طیف پاسخ لیکرتری پنج گزینه ای از خیلی موافقم (۴) تا خیلی مخالفم (۰) با محدوده نمره ی قابل اکتساب ۲۰-۰ بود. نگرش با شش گویه که از نظر نمره ی مربوط به پاسخ ها ی هر گزینه همانند

افزایش مصرف صبحانه در دانش آموزان دختر بر استراتژی های افزایش خودکارآمدی و کاهش موانع درک شده تأکید شود (۱۵). مطالعه ی محمدی زیدی و همکاران که با هدف بررسی اثر آموزش مبتنی بر مدل مراحل تغییر بر مصرف منظم صبحانه و میان وعده ناسالم در دانش آموزان مدارس ابتدایی شهر قزوین انجام شد، مداخله آموزشی در قالب مدل مراحل تغییر در دوره سه ماهه، تغییرات نسبتاً مناسبی را در رفتار تغذیه ای دانش آموزان ایجاد کرد (۱۶). بعلاوه مطالعه ی سهرابی و همکاران در بررسی الگوی صبحانه دریافتی و وضعیت حافظه ی کوتاه مدت دانش آموزان دختر مدارس راهنمایی شهر شیراز نشان داد صبحانه ی مناسب میتواند نقش مهمی در بهبود حافظه ی کوتاه مدت داشته باشد (۱۷). در مطالعه ای که توسط Cheng و همکاران با عنوان بررسی شیوع مصرف صبحانه در دانش آموزان کلاس ششم ابتدایی در هنگ کنگ و تاثیر ادراک دانش آموزان از نگرش والدین در مصرف صبحانه، انجام شد نشان داده شد که اهمیت قائل شدن والدین به مصرف صبحانه، یک عامل پیشگویی کننده و معنی دار برای کاهش شیوع حذف صبحانه در بین کودکان و نوجوانان است (۱۸). در مطالعه ای که در اوزاکای ژاپن بر روی تاثیر عادات خواب روی صبحانه خوردن انجام شد نشان داد بچه هایی که هر روز صبحانه می خورند زودتر از بچه های صبحانه نخورده به رختخواب می رفتند و در تمام روزهای هفته گذشته صبحانه را با اعضای خانواده و در هنگام صرف صبحانه با آن صحبت می کردند (۱۹). با توجه به این که تابحال از مدل رفتار برنامه ریزی شده در بررسی تعیین کننده های مصرف صبحانه استفاده نشده است و نیز مطالعات در زمینه رفتار مصرف صبحانه در ایران و به



رفتاری ۸۱/، نگرش ۸۶/، هنجارهای انتزاعی ۷۵/، کنترل رفتار درک شده ۷۶/ و رفتار ۷۳/ محاسبه شد.

در پایان داده های جمع آوری شده وارد نرم افزار آماری SPSS ویرایش بیستم شدند و با کمک آمار توصیفی و آزمون های ناپارامتریک تحلیلی چون ضریب همبستگی اسپیرمن به منظور بررسی ارتباط بین سازه ها، از آزمون من ویتنی به منظور تعیین میانگین نمره ی رفتار و سایر سازه ها بر حسب متغیر های دموگرافیک، آزمون کروس کاروالیس و از آنالیز رگرسیون برای تعیین قدرت پیش بینی کنندگی رفتار توسط سازه ها، در سطح معناداری ۰/۰۵ مورد آزمون قرار گرفتند.

شرکت در این مطالعه داوطلبانه بود و دانش آموزان منتخب بعد از بیان هدف مطالعه و اطمینان دادن به آنان مبنی بر محرمانه ماندن اطلاعاتشان، رضایت خود را جهت شرکت در مطالعه اعلام می نمودند.

این مطالعه در کمیته اخلاق دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد مورد تأیید قرار گرفت. عنوان مقاله مذکور پس از بررسی در کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد با اخذ کد IR.SSU.SPH.REC.1394.64 مورد تأیید قرار گرفت.

یافته ها

در این پژوهش ۳۲۷ دانش آموز شامل ۱۶۱ دانش آموز پسر (۴۹/۲٪) و ۱۶۶ دانش آموز دختر (۵۰/۸٪) مورد بررسی قرار گرفتند. محدوده سنی در این سه پایه ی تحصیلی بین ۹ تا ۱۴ سال بود. بررسی مشخصات فردی نشان داد که میانگین سنی شرکت کنندگان ۱۱/۳۰ سال بود. بیشترین فراوانی را گروه سنی ۱۱ سال (۶۷/۶٪) داشتند و کمترین فراوانی مربوط به گروه سنی

گویه های بخش قصد رفتاری بود (محدوده نمره ی قابل اکتساب ۰-۲۴). هنجارهای انتزاعی باشش گویه که بازاز نظر نمره ی مربوط به پاسخ های هر گزینه همانند دوسازه ی قبل بود (محدوده نمره ی قابل اکتساب ۰-۲۴). کنترل رفتار درک شده با نه گویه و طیف پاسخ لیکرتی پنج گزینه ای از کاملاً مطمئنم (۴) تا اصلاً مطمئن نیستم (۰) بود. (محدوده نمره ی قابل اکتساب ۰-۲۶). رفتار با بیست ونه گویه با مقیاس پاسخ دهی شش گزینه ای به صورت * در ماه اخیر استفاده نکردم، * ۳-۱ بار در ماه، * یکبار در هفته، * ۴-۲ بار در هفته، * ۶-۵ بار در هفته و آخرین گزینه هر روز بود. (محدوده نمره قابل اکتساب ۱-۷۷). جهت تعیین حجم مصرف مواد غذایی به عنوان صبحانه به موارد فوق به ترتیب از ۱ تا ۶ نمره داده شد ولی از آنجایی که متناسب بودن مواد مختلف جهت صبحانه متفاوت می باشد.

جهت محاسبه ی نمره ی رفتار یک گروه کارشناسی متشکل از دو متخصص تغذیه و یک متخصص آموزش بهداشت تشکیل شد و بر حسب نوع ماده ی غذایی به هر کدام از موارد نمره ای بین ۰ تا ۳ داده شد و در نتیجه محدوده ی نمره ی قابل اکتساب در بخش رفتار بین ۰ تا ۷۷ بود. پس از تهیه پرسش نامه اولیه، روایی ابزار بوسیله ی روش روایی محتوی و صوری سنجیده شد بدین صورت که نظرات پنج تن از خبرگان به منظور بررسی شفافیت و روشنی عبارات بر پرسشنامه ی طراحی شده ی اولیه اعمال شد و بعد از جمع آوری نظرات، تغییرات لازم در آن انجام شد و در نهایت مورد تأیید قرار گرفت.

در مرحله ی بعد در این بررسی برای ثبات درونی سازه ها، ۲۰ دانش آموز تحت مطالعه مقدماتی قرار گرفتند که نتایج حاصل از محاسبه ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب برای قصد



میانگین وزن افراد شرکت کننده ۳۸/۰۳ کیلوگرم ، میانگین قد ۱۴۳/۰۴ سانتیمتر و میانگین BMI دانش آموزان ۱۸/۳۶ برآورد شد. میانگین تعداد دفعات مصرف صبحانه توسط دانش آموزان در ماه اخیر $1/12 \pm 4/46$ بود و ۲/۴ درصد از دانش آموزان در ماه اخیر اصلا صبحانه نخورده بودند.

بیشترین صبحانه ی مصرف شده توسط گروه مورد مطالعه نان و پنیر و کمترین صبحانه مصرف شده قرمه گوشت بود (جدول ۱ میانگین مصرف مواد غذایی مختلف به عنوان صبحانه).

۱۴ سال (۳/۳٪) بود. پایه تحصیلی اکثر شرکت کنندگان پایه پنجم (۳۷٪) و تحصیلات پدر اکثر شرکت کنندگان دیپلم (۲۷/۵٪) و تحصیلات مادر اکثر شرکت کنندگان دیپلم (۳۰٪) بود. شغل پدر اکثر شرکت کنندگان آزاد (۴۹/۵٪) و ۷۱/۳٪ از مادران دانش آموزان خانه دار بودند. میانگین تعداد فرزندان خانواده شرکت کنندگان ۱/۱ نفر بود. از نظر منزل، اکثر شرکت کنندگان مالک (۸۱/۷٪) بودند. اکثر شرکت کنندگان تحت پوشش بیمه ی تامین اجتماعی (۵۳/۲٪) بودند. تنها ۸/۳٪ از شرکت کنندگان سبد کمک غذایی دریافت می کردند.

جدول ۱: میانگین نمره ی دفعات مصرف مواد غذایی مختلف در وعده ی غذایی صبحانه در دانش آموزان مورد بررسی

میانگین	ماده ی غذایی	میانگین	ماده ی غذایی
۱/۹	ارده	۴/۲۸	نان و پنیر
۳/۱	خیار	۱/۷۸	قرمه گوشت
۳/۱	گوچه	۳/۲	آش
۲/۷	عسل	۲/۸	شیر
۲/۲	خامه	۳/۳	کره و مربا
۲/۴	شیرهای مخلوط	۳/۸	تخم مرغ
۱/۲	آبمیوه ی صنعتی	۲/۲	مغزیجات
۲/۴	آبمیوه ی خانگی	۱/۵	کله پاچه
۲/۸	کیک	۱/۸	غذای مانده شب قبل
۲/۱	ماست	۱/۸	حلوا
۱/۵	پیتزا	۲/۱	ساندویچ
۱/۶	کنسرولوبیا	۱/۶	تن ماهی
۳/۶	چای	۱/۵	کره ی بادام زمینی



نگرش ($p=0/006$, $\beta=0/17$)، هنجارهای انتزاعی ($p=0/813$)
 ($\beta=0/01$)، و کنترل رفتاری درک شده ($p=0/015$, $\beta=0/015$)
 توانستند ۸ درصد از واریانس رفتارهای مصرف صبحانه را پیش
 بینی کنند که در بین سازه ها نگرش قویترین پیش بینی کننده
 بود (جدول ۵).

به علاوه نگرش ($p=0/000$, $\beta=0/233$)، هنجارهای انتزاعی
 ($p=0/000$, $\beta=0/165$)، و کنترل رفتاری درک شده
 ($p=0/000$, $\beta=0/516$)، توانستند ۵۰ درصد از واریانس قصد
 رفتاری مصرف صبحانه را پیش بینی کنند که در بین سازه ها
 کنترل رفتاری درک شده قویترین پیش بینی کننده بود.

جدول ۲: میانگین درصد مصرف مواد غذایی مختلف در میان وعده در دانش آموزان مورد بررسی

ماده غذایی	میانگین
ساندویچ خانگی	۷۴/۶
میوه	۶۳/۹
کیک	۵۶
شکلات	۱۵/۹
رانی	۹/۲
آجیل	۴۲/۸
چیپس و پفک	۳/۷

بیشترین میان وعده مصرف شده توسط افراد تحت مطالعه
 ساندویچ خانگی و کمترین آن چیپس و پفک بود (جدول ۲).
 در تحقیق حاضر میانگین تعداد دفعات مصرف میان وعده
 توسط دانش آموزان در ماه اخیر $3 \pm 5/5$ بود. میانگین
 نمره ی کسب شده رفتار شرکت کنندگان در
 مطالعه $40/99 \pm 6/53$ بود (جدول ۳).

بین رفتار و سازه های نگرش ($r=0/288$) و هنجارهای
 انتزاعی ($r=0/142$) و کنترل رفتاری درک شده ($r=0/230$) و
 قصد رفتاری ($r=0/247$) همبستگی معناداری وجود
 داشت (جدول ۴). براساس نتایج آزمون آنالیز رگرسیون خطی،

جدول ۳: میانگین و انحراف معیار و محدوده نمره قابل کسب سازه های نظریه رفتار برنامه ریزی شده در خصوص رفتار مصرف صبحانه در
 افراد مورد مطالعه

سازه های الگو	میانگین	میان	انحراف معیار	محدوده نمره قابل اكتساب	درصد میانگین از ماکزیمم
رفتار	۴۰/۹۹	۴۱	۶/۵۳	۱-۷۷	۵۳/۲۳
نگرش	۱۸/۲۷	۱۹	۴/۴۶	۰-۲۴	۷۶/۱۲
هنجارهای انتزاعی	۱۵/۳۷	۱۶	۳/۶۴	۰-۲۴	۶۴/۰۴
کنترل رفتاری درک شده	۱۷/۸۸	۱۸	۶/۰۹	۰-۲۶	۶۸/۷۶
قصد رفتاری	۱۵/۵۲	۱۷	۴/۸۳	۰-۲۰	۷۷/۶



جدول ۴: ماتریکس ضریب همبستگی سازه های نظریه رفتار برنامه ریزی شده در خصوص رفتار مصرف صبحانه در افراد مورد مطالعه

متغیرها	رفتار	نگرش	هنجارهای انتزاعی	کنترل رفتار درک شده	قصد رفتاری
رفتار	۱				
نگرش	۰/۲۰۸**	۱			
هنجارهای انتزاعی	۰/۱۴۲*	۰/۳۳۷**	۱		
کنترل رفتار درک شده	۰/۲۳۰**	۰/۴۲۷**	۰/۴۳۵**	۱	
قصد رفتاری	۰/۲۷۴**	۰/۵۰۲**	۰/۵۲۲**	۰/۶۷۱**	۱

***(p<۰/۰۱), *(p<۰/۰۵)

جدول ۵: آنالیز رگرسیون سازه های نظریه رفتار برنامه ریزی شده به عنوان پیش بینی کننده های رفتارها و قصد مصرف صبحانه در دانش آموزان مورد بررسی

متغیرهای مستقل	بتا استاندارد شده	p-v	R ^۲	متغیر وابسته
نگرش	/۱۷	/۰۰۶		رفتار
هنجارهای انتزاعی	/۰۱	/۸۱۳		رفتار
کنترل رفتار درک شده	/۱۵	/۰۱۵	/۰۸	رفتار
نگرش	/۲۳۳	<۰/۰۰۱		قصد رفتاری
هنجارهای انتزاعی	/۱۶۵	<۰/۰۰۱		قصد رفتاری
کنترل رفتار درک شده	/۵۱۶	<۰/۰۰۱	/۵	قصد رفتاری

بحث و نتیجه گیری

بودند، مطالعه انجام شده توسط مرتضوی و همکاران در زاهدان روی دانش آموزان پسر نشان داد که ۵/۲ درصد از دانش آموزان صبحانه نمی خوردند (۲۰). مطالعه کریمی و همکاران در سمنان نشان داد، ۴/۴ درصد از دانش آموزان اصلاً صبحانه مصرف نمی کردند (۲۱). میزان عدم مصرف صبحانه در دانش آموزان لنگرود ۸/۸ درصد (۲۲)، در تهران ۶/۹ درصد (۲۳)، در یزد ۳/۶ درصد

در مطالعه ی حاضر که هدف آن بررسی تعیین کننده های مصرف صبحانه در دانش آموزان پایه ها چهارم، پنجم و ششم ابتدایی شهرستان ابرکوه بود میانگین تعداد دفعات مصرف صبحانه توسط دانش آموزان در ماه اخیر $12/1 \pm 4/46$ بود و ۴/۴ درصد از دانش آموزان در ماه اخیر اصلاً صبحانه نخورده



شده است (۲۹) که از لحاظ مصرف میوه بسیار کمتر از مطالعه ی حاضر و از لحاظ مصرف تنقلات بسیار بیشتر از مطالعه ی حاضر میباشد.

در مطالعه ی حاضر براساس نتایج آزمون آنالیز رگرسیون خطی نگرش ($B=0/17, p=0/006$)، هنجارهای انتزاعی ($B=0/01, p=0/813$)، و کنترل رفتار درک شده ($B=0/015, p=0/015$) توانستند ۸ درصد از واریانس رفتارهای مصرف صبحانه را پیش بینی کنند که در بین سازه ها نگرش قویترین پیش بینی کننده بود. در مطالعه ای که توسط khote و همکاران در بررسی عوامل اجتماعی - شناختی مصرف صبحانه با استفاده از تئوری رفتار برنامه ریزی شده در دانش آموزان انجام شده، تغییر در نگرش، هنجارهای انتزاعی ذهنی و کنترل رفتاری درک شده ۱۲/۹ درصد از واریانس مصرف صبحانه را به خود اختصاص داده است (۳۰) که در مطالعه ی مذکور نگرش، کنترل رفتار درک شده و هنجارهای انتزاعی نسبت به مطالعه ی حاضر توانسته است با درصد بالاتری واریانس رفتارهای مصرف صبحانه را پیش بینی کنند.

در مطالعه ی حاضر بیشترین صبحانه ی مصرفی توسط دانش آموزان نان و پنیر با میانگین ۴/۲۸ و کمترین صبحانه ی مصرفی آبمیوه ی صنعتی با میانگین ۱/۲ بوده است. (مشاهده می شود که در نقاط مختلف، مواد غذایی غالب، نان و پنیر است و استفاده از سایر مواد غذایی مغذی و مقوی به مراتب کم تر بوده و از جایگاه مناسب و مطلوب برخوردار نیست. رعایت تنوع از اصول اساسی تنظیم برنامه غذایی است. خانواده، به ویژه مادر در بنیان گذاری استفاده متنوع از مواد غذایی در وعده صبحانه عاملی تعیین کننده است. دریافت متنوع از مواد غذایی در

(۲۴) و در آلمان ۲۴ درصد (۲۵) گزارش شده است که میزان حذف وعده ی غذایی صبحانه در دانش آموزان در مطالعات مذکور بیشتر از مطالعه ی حاضر است که این تفاوت در ارقام را میتوان بانوع فرهنگ و شرایط محیطی هم مرتبط دانست. با توجه به این که مصرف صبحانه قبل از رفتن به مدرسه از اهمیت خاصی برخوردار است و نقش این وعده در سلامت و پیشگیری از چاقی و بر حضور بیشتر در مدرسه و کاهش حس خستگی و افزایش یادگیری مطالب درسی اثرگذار است، میتوان با آموزش و بکارگیری برنامه های آموزشی، الگوی مناسب تری برای دانش آموزان تدوین نمود. در تحقیق حاضر میانگین تعداد دفعات مصرف میان وعده توسط دانش آموزان در ماه اخیر $5/5 \pm 3$ بوده است و بیشترین میان وعده ی مصرفی در دانش آموزان ساندویچ خانگی بوده است و کمترین میان وعده ی مصرفی چیپس و پفک بوده است. در تحقیقی که توسط نمکین و همکاران دربرجند انجام شده مانند مطالعه ی حاضر بیشترین میان وعده ی مصرفی توسط دانش آموزان ساندویچ خانگی با میانگین ۴۴/۴ بوده است و کمترین میان وعده ی مصرفی چیپس و پفک با میانگین ۰/۸ بوده است (۲۶) که از نظر مصرف چیپس و پفک با مطالعه ی حاضر تفاوت چشمگیری دارد. اسفرجانی در ناحیه شرق تهران در نوجوانان بیشترین انواع میان وعده را کیک، ساندویچ، میوه، چیپس و آبمیوه ۳۱ درصد (۲۷) که از لحاظ کمترین و بیشترین میان وعده ی مصرفی با مطالعه ی حاضر شباهتی ندارد و دادخواه در تهران مصرف تنقلات کم ارزش را در ۷ درصد از دانش آموزان گزارش کرده است (۲۸) که بسیار بیشتر از مطالعه ی حاضر است. در بررسی دانش آموزان خرم آبادی، مصرف تنقلات و میوه ها به ترتیب ۱۸٪ و ۲۰٪ گزارش



ضروری به نظر می رسد. در نتیجه استفاده از نتایج این مطالعه ی توصیفی در طراحی برنامه آموزشی بسیار موثر است.

محدودیت های مطالعه

از محدودیت های این مطالعه می توان به مقطعی بودن مطالعه و نیز اینکه پرسشنامه ها توسط خود افراد به روش خود گزارش دهی تکمیل شده است، اشاره کرد که لازم است در استفاده از نتایج مورد توجه قرار گیرد. به علاوه پیشنهاد میگردد در مطالعات آتی برای ارزیابی رفتار نهایی، از ترکیبی از روش خودگزارشی، مشاهده مستقیم رفتار و گزارش توسط والدین استفاده شود.

نتیجه گیری: نگرش قوی ترین عامل در پیش بینی رفتار مصرف صبحانه در دانش آموزان باست لذا پیشنهاد میگردد در برنامه ریزی های مداخله ای مورد توجه بیشتری قرار گیرد و همچنین سایر الگوهای آموزشی در پیش بینی این رفتار مورد بررسی قرار گیرند.

تضاد منافع

در این مقاله هیچ گونه تضاد منافی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی

این مقاله برگرفته از پایان نامه تحصیلی مصوب معاونت آموزشی و پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد می باشد که با حمایت مالی مدیریت محترم دانشکده اجرا گردیده است. اینجانب بر خود لازم می دانم از ریاست محترم دانشکده، اساتید راهنما، مدیران و دانش آموزان مدارس مورد مطالعه صمیمانه تشکر و قدردانی نمایم.

صبحانه، هم تامین کننده انرژی و هم مواد مغذی مورد نیاز خواهد بود. به علاوه به اشتها انگیزی نیز کمک می کند). مطالعه ای که در اصفهان انجام گرفت حاکی از آن است که ۸۱/۲۵ درصد دانش آموزان از نان و پنیر، ۴۱ درصد از شیر و همان مقدار از کره و مربا و ۲۹/۱ درصد از تخم مرغ به عنوان صبحانه استفاده می کردند (۳۱) که همانطور که مشاهده میشود همانند تحقیق حاضر بیشترین دانش آموزان از نان و پنیر در وعده غذایی صبحانه استفاده می کردند.

نظر به اینکه همه ی سازه های نظریه رفتار برنامه ریزی شده انجام رفتار مصرف صبحانه را پیش بینی نمودند می توان نتیجه گیری کرد که نظریه فوق در تبیین رفتار مصرف صبحانه کارآمد بوده است.

با توجه به اینکه نگرش قویترین پیش بینی کننده بوده است، پیشنهاد می گردد در برنامه ریزی های مداخله ای مورد توجه بیشتری قرار گیرد و با توجه به اهمیت دوران کودکی در پیشرفت، تکامل و سلامت دانش آموزان و همچنین اهمیت مصرف صبحانه در رشد و شادابی دانش آموزان، آموزش های مناسب و گسترده تر، ضامن نسلی سالم و کارآمد خواهد بود. و علیرغم اینکه در این مطالعه میزان مصرف صبحانه در دانش آموزان بالا بود و میزان حذف صبحانه توسط آنها ناچیز به منظور بهبود بیشتر وضعیت مصرف صبحانه و هم چنین تنوع بیشتر در نوع صبحانه ی مصرفی و افزایش آگاهی والدین از این مهم استفاده از برنامه های آموزشی مدون بر اساس مدل تغییر رفتار که باعث ارتقاء رفتارهای تغذیه ای در دانش آموزان می شود



References

- 1-Sonneville KR, La Pelle N, Taveras EM, Gillman MW, Prosser LA. Economic and other barriers to adopting recommendations to prevent childhood obesity: results of a focus group study with parents. *BMC Pediatr.* 2009 ;(21): 9: 81.
- 2-Eilat-Adar S,Koren-Morag N, Siman- Tov M, Livne I, Altmen H.School-based intervention to promote eating daily and healthy breakfast: a survey and a casecontrol study. *Eur J Clin Nutr.* 2011; 65(2):203-9.
- 3-Benton D, Slater O, Donohoe RT. The influence of breakfast and a snack on psychological functioning. *Physiol & Behav.*2001;74(4): 559-71.
- 4-Ashwell .Associates Scientific dossier relating to ready to eat breakfast cereals(RTEC) and special K (SPK) with potential claims regarding weight loss. Meta- Analysis report for Kellogg 2007; 58(5):331-40.
- 5-Hunty A, Ashwell M. Are people who regularly eat breakfast cereals slimmer than those who don't? A systematic review of the evidence. *Nutr Bull.* 2007; 32(2):118-28.
- 6-Gail C, Rampersaud M, Perrira M, Beverly L. Breakfast habits, nutritional status, body weight, and academic performance in children and adolescents. *J Am Diet Assoc.* 2005; 105:700-43.
- 7-Rampersaud GC, Pereira MA, Girard BL, Adams J, Metz J. Breakfast habits, nutritional status, body weight, and academic performance in children and adolescents. *J Am Diet Assoc.* 2005; 105(5): 743-60.
- 8-Vereecken C,Dupuy M,Rasmussen M,Kelly C,Nansel TR,Al Sabbah H, et al.Breakfast consumption and its socio-demographic and lifestyle correlates in schoolchildren in 41 countries participating in the HBSC study. *Int J Public Health.*2009;54(2): 90-180.
- 9-Mullan BA, singh M. A systematic review of the quality, content, and context of breakfast consumption. *Nutr Food Sci.* 2010; 40(1): 81-114.
- 10- Soheili Azad AA, Nourjah N, Norouzi F. Survey the eating pattern between elementary students in Langrood. *J Gilan Uni Med Sci.* 2007; 16 (62): 36-41.[Persian]
- 11-Soheili Azad AA, Golestan B, Nabizadeh B.Breakfast and snack pattern in primary schools,Urmia: proceedings of 9th Iranian Nutrition Congress. Tabriz: Tabriz Uni Med Sci pub.2006;13(61):320-44.[Persian]



- 12-Nemati A, Sagha M, Nouzad Charvadeh H, Dehghan MH. Evaluation of eating breakfast among adolescent girl students in Ardabil 1999-2000. *J Ardabil Uni Med Sci* 2003; 2(7):39-46.[Persian]
- 13-Hazavehei S, Sharifirad G, Kargar M. The comparison of educational intervention effect using BASNEF and classic models on improving assertion skill level. *J Res Health Sci.* 2008; 8(1):1-11.[Persian]
- 14-Ajzen I. Behavioral Intervention Based on the Theory of Planned Behavior Retrieved on January 15, 2010 from <http://people.umass.edu/aizen/pdf/tpb.intervention>.
- 15-Rahimi T1, Dehdari T, Ariaeian N, Gohari MR. Survey of breakfast consumption status and its predictors among Qom students based on the Pender's health promotion model constructs Iranian *J Nutrition Sci.* 2012;7(2):74.[Persian]
- 16-Isa Mohammadi Zeidi I, Pakpour A. Effectiveness of educational intervention based on theory of planned behavior for promoting breakfast and healthy snack eating among elementary school students, *Razi journal of medical sciences.* 2013; 20(112): 67-78. [Persian]
- 17-Sohrabi Z, Mohammadi A, Eftekhari MH, Gaemi H. The evaluation of breakfast intake pattern and short-term memory status in junior secondary school students in Shiraz 2007. *J Shahrekord Univ Med Scie.* 2010; 11(4):35-41.[Persian]
- 18-Cheng TS, Tse LA, Yu IT, Griffiths S. Children's perceptions of parental attitude affecting breakfast skipping in primary sixth-grade students. *J Sch Health.* 2008; 78(4):203-8.
- 19-Haruki T, Kawabata T. Factors related to breakfast eating behavior among elementary school children. *Nippon Kosho Eisei Zasshi.* 2005;52: 235-45.
- 20-Mortazavi Z, Roudbari M. Breakfast consumption and body mass index in primary, secondary and high school boys in Zahedan 2005-2006. *Iranian J Endocrinol Metab.* 2010;12(4): 345-51. [Persian]
- 21-Karimi B, Sadat hashemi M, Habibian H. The study of breakfast habits and its relationship with some factors in Semnan (Iran) pupils. *J Semnan Univ of Med Scie.* 2008; 9(4): 285-92. [Persian]
- 22-Soheili Azad AA, Nourjah N, Norouzi F. Survey the eating pattern between elementary students in Langrood. *Journal of Medical Faculty Guilan University of Medical Sciences.* 2007;16 (62): 36-41. [Persian]



- 23-Soheili Azad AA, Nourjah N, Aalamdar E. Surveying the food intake of primary school students in Tehran. *Journal of Shaheed Beheshti University of Medical Sciences*.2005; 29 (2): 165-8. [Persian]
- 24-Naghibzadeh SM, Mozafari M. Pattern of breakfast and its effecting student of Yazd. In: *The 9th Iranian Nutrition Congress*.2006 ;(4):234-9.[Persian]
- 25-Nicklas TA, O Neil C, Myers L. The importance of breakfast consumption to nutrition of children, adolescents and young adults. *Nut Today*.2009; 39 (1): 30-9.
- 26-Namakin N.Moasheri S. Khosravi3.studying Birjand Girls secondary school students nutritional pattern.2012;9(3):264-72.
- 27-Sfarajeni F, Hajfarahi M, Hoshyar rad A, Rostae R, Zoght, Eslami M. Survey of pattern of snake in high school of western of Tehran. In: *The 9th Iranian Nutrition Congress*. 2006 ;(4):965-9. [Persian]
- 28-Dadkhah piraghaj M, Amini M, Houshiar Rad A, Abdollahi M, Zoghi T, Eslami amirabadi M. Qualitative and Quantitative Dietary Assessment of Primary School Children in Tehran. *Nutrition Sciences & Food Technology*.2008;3(1):31-44.[Persian]
- 29-Malekshahi F, Malekshahi M. Survey of snake in student and relative factors. In: *The 9th Iranian Nutrition Congress*. 2006;(4):522-5. [Persian]
- 30-Kothe EJ,Mullan BA,Amaratunga R.Randomized controlled trial of a brief theory-based intervention promoting breakfast consumption. *Appetite* .2011; 56(1): 148-55.
- 31-Havai N, Rajai M, Noorian M, Karbasi SH, and Nasrolah Zadeh P. The evaluation of quality and quantity of breakfast in preschool children at educational region 1 in Isfahan. *7th Iranian Nutrition Congress*.2003; 64. [Persian]