

بحث بعنوان

دور الممارس المهني في مواجهه الآثار السلبية

الناجمة عن سوء التغذية للشباب الجامعي

**The role of the professional practitioner in
facing the negative effects of malnutrition
for university youth**

د / غادة على العزبي

مشرف تدريب بالمعهد العالى للخدمة الاجتماعية ببورسعيد

٢٠٢٣ م / ١٤٤٤ هـ.

ملخص الدراسة

تحددت في دور الممارس المهني في مواجهه الآثار السلبية الناتجة عن سوء التغذية المناسبة مشكلة توفر الغذاء هي احدى مشكلات العصر الملحة على النطاق العالمي ويقرر العلماء ان نصف سكان الارض تقريبا لا يحصلون على الغذاء الصحي بالكميات المناسبة. وطلبة الجامعات ليسوا في منأى عن الصرعات والتناقضات والتغيرات حيث يكونوا عرضة للعديد من المشكلات النفسية والاجتماعية والاقتصادية الصحية نتيجة لسوء الغذاء بالاضافه الى العديد من التغيرات انمايه والفسولوجيه وما ينتج عنها من مطالب وحاجات تستدعي اشباعا وطموحات واهداف تستدعي تحقيق وكان الهدف من الدراسة التعرف على الآثار السلبية عن سوء التغذية لدى الشباب الجامعي

وقد استخدم منهج المسح الاجتماعي وعدد العينة القائم عليها البحث ٤٦ شاب من المعهد وقد اسفرت الدراسة عن نتائج وهي مساعده الشباب لتعديل العادات السلبية في استخدام الانظمة الغذائية الغير صحيه وايضا توعيتهم للوقايه من الامراض الناتجة عن الاغذية الضاره ومدى تاثيرها عليهم

Study summary

Determined in the role of the professional practitioner in confronting the negative effects resulting from appropriate malnutrition. The problem of food availability is one of the urgent problems of the age on a global scale. Scientists decide that almost half of the Earth's population does not have access to healthy food in appropriate quantities. University students are not immune to conflicts, contradictions and changes where they are. Exposure to many psychological, social and economic health problems as a result of malnutrition in addition to many developmental and physiological changes and the resulting demands and needs that require satisfaction, aspirations and goals that require achievement. The aim of the study was to identify the negative effects of malnutrition among university youth

The social survey approach was used and the sample based on the young men from the institute. The study yielded ٤٦ research was results, which are helping young people to modify negative habits in the use of unhealthy diets, as well as educating them to prevent diseases resulting from harmful foods and their impact on them

أولاً:- مدخل مشكله الدراسه:-

تعد القوى البشرية الثروة الأساسية لأي مجتمع ،ولا سبيل إلى أي تنمية اقتصادية أو اجتماعية ما لم يسبقها أو يصاحبها تنمية بشرية قوامها الإنسان . ويمثل الغذاء حقا من حقوق الإنسان ،وهو من بين أهم العوامل البيئية أثرا على حياة الإنسان ،إذ يأتي في مقدمة ما يجب على الأسرة أن توفره لأفرادها . والتغذية الجيدة للفرد ضرورية للنمو والتطور وصيانة ما يتلف من أنسجته وخلاياه ومقاومة المرض والعدوى وارتفاع قدرته على العمل والإنتاج .(عبيد ,٢٠١٠,ص٣٥)

في العقود الاخيره ،نجد أن التغيرات الاجتماعية والاقتصادية المتسارعة في معظم البلدان المتقدمة قد أثرت بشكل كبير معظم نمط الحياه للمواطنين وخاصة العادات الغذائية، ويتضح هذا التأثير المرتبطة بشكل مباشر أو غير مباشر بارتفاع معدل الاصابة بزيادة الوزن والسمنة المفرطة السمنة قد يؤدي أيضاً إلى الاصابة بعدد من الامراض مراض المتعمقة بنقص التغذية(المحمدي, ٢٠١٩,ص٢)

الشباب هو الهدف الاول للتنمية وهو الموجه لها حيث تعتبر مرحلة الشباب من اهم المراحل في حياه الانسان التي تحمل في طياتها الامل للامه لذلك فانه القادر على قياده المجتمع الى تقدم وتحمل المسئوليه في مواجهه المشكلات الموجوده او المتوقعه الحدوث (توفيق, ١٩٨٨,ص١٥)

فان مشكله سوء التغذية مشكله حقيقيه وملحه تؤثر على الشباب في جميع انحاء العالم ومن اكثر الفئات ضررا هم الشباب حيث تسبب في معاناه جسديه ونفسيه مثل انخفاض النمو المعرفي وضعف جهاز المناعه (المصري, ٢٠٠٧,ص٥٠)

فطالب المرحلة الجامعية من أكثر الفئات التي تعي كيفية بناء الوطن وصناعة المستقبل وتقدم اي مجتمع يعتمد علي الصحة العامة لابنائه، فتعتبر المرحلة الجامعية بيئة مناسبة لتنمية الوعي الغذائي الذي ينعكس على المعلومات والممارسات الغذائية للطلاب، مثل كيفية اختيارهم لنوعيه الاغذية المناسبه التي تساعد على بناء جسم صحي، والابتعاد عن تناول الاغذية عالية المحتوي للدهون والنشويات والسكريات، وتقنين المتناول من الوجبات السريعة والمشروبات الغازية للوقايه من الاصابه بالامراض الناتجة من . ولقد لوحظ في السنوات الاخيره زيادة الاصابة بأمراض العصر(السمنة المفرطة، السكر، أمراض القلب، السرطان، هشاشة العظام، وضغط الدم، اضطرابات المعدة وغيرها من الامراض نتيجة لغياب الوعي الغذائي تباع عادات غذائية غير سليمة (عبد القوى, ٢٠١٠,ص٤٩)

فالشباب يتناول وجبات الطعام الاساسيه تناول الاطعمه في فترات زمنية غير منتظمه تناول كميات كبيرة من مقبالات الاطعمة مثل: (الكاتشب، المخللات، التوابل .الحمالات الترويجية في وسائل الاعلام المختلفة، فأصبح الشباب يفضلون الوجبات الجاهزه خارج المنزل التي تتميز بارتفاع محتواها من الطاقة والسعرات، مما يؤدي الي تشوبه رغبة هؤلاء الطلاب في تناول الغذاء(ممتاز, ٢٠١١,ص٦٥) .

فان الدعايه والاعلان تجعل الطالب يتناول التغذية الغير المفيده، وايضا يحاول التقرب الي أصدقائه وتقليدهم في السلوك كتناول المشروبات الغازية والوجبات السريعة المنخفضة في قيمتها الغذائية، حيث يقضي طالب الجامعة في هذه المرحلة فترة كبيرة من يومه داخل الجامعة ويتميز الطعام، بانخفاض القيمة الغذائية وارتفاع السعرات الحرارية(عويضة, ٢٠١٢,ص٢٠)

سوء التغذية:- يتخذ سوء التغذية ثلاثة أشكال هي التغذية غير السليمة

يقصد بهذا المصطلح عدم الحصول على القدر المناسب من المغذيات الأساسية كالبروتينات والسرعات الحرارية، والمغذيات الدقيقة (الفيتامينات والمعادن)، فيضعف الجسم وتتسم بكثرة الإصابة بالعدوى والأمراض، ونتيجة لفقدان التغذية الصحيحة، يتعرض الكثيرون للوفاة نتيجة الإصابة بأمراض شائعة كالحصبة أو الأمراض المعوية. ولا يقاس سوء التغذية بكمية الطعام الذي يتم تناوله، وإنما بالمقاييس الفيزيائية للجسم كالوزن والطول والعمر والتحليل المخبري للدم. نقص التغذية:

يستخدم هذا المصطلح لوصف حالة الأشخاص الذين لا يحتوي ما يتناولونه من طعام على السرعات الحرارية (الطاقة) الكافية لتلبية الحد الأدنى من احتياجاتهم الفسيولوجية اللازمة لحياة نشيطة. ويوجد في الوقت الحاضر ١,٠٢ مليار شخص يعانون نقص التغذية في مختلف أنحاء العالم، ومعظمهم من الدول النامية (على ٢٠١٨، ص ٣٠) التغذية غير المتوازنة هي التغذية التي يتم فيها تناول أنواع معينة من المغذيات أكثر من الأخرى كالنشويات أو الدهون، فتظهر معها الأمراض المزمنة كالسمنة وأمراض القلب. حيث يسبب سوء التغذية عددًا من المشكلات كالنحافة الشديدة، أو قصر القامة الشديد مقارنة بعمر الشخص، أو نقص الفيتامينات والمعادن -نقص الحديد الذي يسبب فقر الدم)، أو زيادة الوزن. (ابو النيل، ٢٠١٨، ص ٥)

ويعد نقص المغذيات الدقيقة (الفيتامينات والمعادن) مهمًا للغاية؛ حيث يعانيه ما يقرب من ملياري شخص في العالم. ووفقًا لمنظمة الصحة العالمية، فنقص الحديد وفيتامين (أ) والزنك هي ضمن العشرة أسباب الرئيسة المؤدية إلى الوفاة من خلال الإصابة بالأمراض، وذلك في البلدان النامية. (فوزيه محمد، ٢٠١٩، ص ١٠)

فنقص الحديد هو أكثر أشكال سوء التغذية شيوعًا؛ حيث يؤثر في مليارات الأشخاص في مختلف أنحاء العالم. كما يؤثر في إنتاجية الدولة، ويعوق النمو الإدراكي. ونقص فيتامين (أ) هو سبب أساسي لعامة الأطفال في البلدان النامية ويولد ملايين الأطفال وهم يعانون الإعاقة الذهنية لعدم تناول أمهاتهم كمية كافية من اليود أثناء الحمل. ونقص الزنك يسهم في وقف النمو وضعف المناعة لدى الأطفال الصغار، ما يؤدي إلى وفاة مئات الأطفال سنوياً (منظمة الصحة العالمية، ٢٠٢١)

لذا ان الممارسه المهنيه تعتبر افضل الاتجاهات للتعامل معها نظرا تقدم منظور يرى الاخصائى الاجتماعى موقف الممارسه بشكل عام ويستخدم نظريه الانساق في التركيز على التفاعل بين الانساق (ابو المعاطى، ٢٠٠٩، ص ٣٥)

وان التركيز على الممارسه العامه يساعد على العمل على كافه المستويات واستخدام كافه الاساليب المهنيه التى يتطلبها الموقف الاشكالى في تحقيق نتائج اكثر ايجابيه (عثمان، ٢٠٠٢، ص ٦٦)

فالممارسه العامه لها نتائجها الفعاله في مساعده الشباب وذلك فيما يتعلق بالاثار الناتجه من سوء الغذاء والعادات والسلوكيات التى اعتاد عليها مما ادى الى امراض الخطيره بالاضافه الى توعيه الاسره بكافه المعلومات عن البرامج الغذائيه المناسبه وضروره ان يعى

المجتمع باهيمه التغذية السليمة للحفاظ على الشباب من الامراض المختلفة من سوء التغذية وتعدي السلوكيات العادات الغير سليمة في تناول الوجبات والممارسه العامه في خدمه الاجتماعيه تعمل في مجال الشباب وتساهم في رسم البرامج الوقائيه الهادفه عن طريق مؤسسات الشباب الجامعيه التي اعدت خصيصا بامكانات ماديه وبشريه قادره على تنشئه الشباب واكسابهم العادات والقيم والاتجاهات التي تتمشى مع قيم واتجاهات المجتمع من خلال التوعيه الوقائيه بالتغذية السليمة للحفاظ عليهم من الامراض الخطيره التي تهدد الصحة (ابو المعاطي، ٢٠٠٩، ٣٦).

ومنا هنا مواجهه الاثار الناتجه من سوء التغذية بوجه عام وللشباب الجامعي بوجه خاص محور اهتمام مهنة الخدمة الاجتماعية والممارسة العامة بصفة خاصة بأساليبها ونظرياتها ونماذجها ومداخلها المتعددة .

ثانيا الدراسات السابقة:

دراسه زيدان (٢٠٠٢) فقد هدفت الدراسة الى معرفه مدى تأثير الوجبات السريعه على الحاله الغذائيه على طالبات المرحلة الجامعيه حيث تميل هذه المرحلة السنيه الى العادات الاكل السيئ التي الى امراض العصر مثل ضعف مناعتهم وزيادة الوزن ووجود اضطرابات بالمعدة وهشاشه العظام بسبب انتشار الوجبات السريعه وحرية الشباب في تناولها وتناول الاطعمه الاساسيه في فترات غير منتظمه حيث اثبتت الدراسة نتج عنها التالي في العوامل مثل المستوى التعليمي ، العوامل الاجتماعيه والماديه

وتوصلت دراسة الشامي (٢٠١٠) إلي التعرف علي العادات الغذائية الخاطئة لطالبات الجامعة، بناء برنامج توعية غذائية لمطالبات وقياس فاعليته ومدى تأثيره عليهن حيث بلغ عدد العينة (٢٥) طالبة من طالبات المدينة الجامعية التي لم يسبق لهن تقديم محتوى علمي عن الغذاء والتغذية، وتم استخدام المنهج الوصفي والمنهج التجريبي، وتم اعداد استبيان خاص بالحالة الاجتماعيه والاقتصادييه واخر خاص بالحالة الصحية، كذلك استبيان للوعي الغذائي واخر للعادات الغذائية. كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة احصائياً بين درجات طالبات المجموعة التجريبية. التطبيق القبلي والبعدي لمستوي الوعي والعادات الغذائية. وأوضحت أن هناك تأثير للبرنامج المقترح علي رفع مستوى الوعي

دراسة رزق (١٩٩٥) التي استهدفت معرفة الاحتياجات التعليمية للأمر الرفيعة التي ترتبط بالوعي الغذائي، وبناء برنامج لتنمية الوعي الغذائي للأمهات . وقد أتضح أثر البرنامج المقترح في تنمية الوعي الغذائي للأمهات حيث اكتسبن المعلومات الغذائية الضرورية . وأوصت الدراسة بأهمية تدريس البرنامج للأمهات سواء في الريف أو الحضر لتنمية الوعي الغذائي لديهن.

وتوصلت دراسة المسلمي (٢٠٠٠) إلى وجود فروق في العادات الغذائية وقيمة المنفق على الغذاء لاختلاف البيئة والمستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة ، ووجود فرق دالة احصائيا في العادات الغذائية لاختلاف المستويات التعليمية للأمهات لصالح المستويات الأعلى ، ويتأثر الإنفاق على بند الغذاء تأثيرا دالا احصائيا بالعادات الغذائية للأسرة .

أما دراسة عبد اللطيف (٢٠٠٢) فقد هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير البرنامج على المعلومات والممارسات الغذائية للطالبات المراهقات المصابات بأنيميا نقص الحديد . وقد أسفرت الدراسة عن وجود علاقة بين تدريس برنامج التثقيف الغذائي وتنمية المعلومات الخاصة بالأنيميا والمعلومات والممارسات الغذائية السليمة لتحسن الحالة الصحية ، ووجود

فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة لنسب هيموجلوبين الدم والقياسات الجسمية والمتناول من الطعام وذلك فيما يتعلق بعينة البحث لغذائي وتحسين العادات الغذائية لعينة الدراسة هدفت الدراسة إلى تحديد العلاقة بين المدخول الغذائي والتحصيل الدراسي) بشكل منهجي للتحقيق في الآثار الاوسع نطاق لاطفال في سن المدرسة. ركزت غالبية الدراسات التي تبحث في تأثير السلوك الغذائي على التحصيل الدراسي على استهلاك وجبة الافطار فقط. وكانت عينة الاطفال في سن المدرسة (٥-١٨ سنة)، تم إجراء هذه الدراسة من خلال عدة تقييمات منها مقياس الاداء الاكاديمي، قياس المدخول/ السلوك الغذائي والعلاقة بين المدخول/ السلوكيات الغذائية والاداء الاكاديمي وأدرجت أربعين دراسة لاستدلال. وكانت النتائج: وجود عالقة ارتباطية معتدلة للوجبات الغذائية التي تتميز باستهلاك المنتظم للفطور والكميات المنخفضة من الاطعمة الغنية بالطاقة.

هدفت دراسته خليل (٢٠٢١) تحديد مستوى وعي الشباب بمخاطر استهلاك الوجبات السريعة وتحديد الفروق الفردية في وعي الشباب بمخاطر استهلاك الوجبات السريعة بمحاورها الاقتصادية والاجتماعية والصحية وايضا دراسته حجم تأثير البرنامج الارشادي المعرفي على وعي الشباب بمخاطر الوجبات السريعة.

توصلت دراسته عثمان (٢٠١٨) الى تأثير البرنامج الترويجي الرياضي على انقاص الوزن ومستويات القلق للمتردات على الاندية الصحية حيث اسفرت النتائج الى التوعية من خلال وسائل الاعلام لتقليل مستوى القلق من اجل صحة افضل لافراد المجتمع وضروره الاهتمام باجراء المزيد من الابحاث للتغلب على مشكلات سوء التغذية التي ينتج عنها السمنة المفرضه لدى المتردات من الاناث وايضا تطبيق وحدات برامج للترويج للجذب على الاندية الصحية بمحافظه بورسعيد

أكد دراسته حسنين (٢٠٠٣) أن نقص مستوي الوعي الغذائي لدى الافراد يؤدي إلى إنتشار العديد من الممارسات والعادات الغذائية الخاطئة وبالتالي إنتشار الكثير من الامراض وأنه يمكن تنمية المستوي الغذائي الافراد بتنمية الوعي الغذائي اليهم عن طريق امدادهم بالمعلومات الغذائية والعادات الغذائية الصحية السليمة.

قامت دراسته (٢٠٢٠) , ALBANKET,

بعنوان استهلاك الوجبات السريعة والسمنة بين المراهقين بالمدارس الجامعية في بنغالديش. هدفت الدراسة إلى تحديد مدى انتشار استهلاك الوجبات السريعة وتقييم الارتباط بين استهلاك الوجبات السريعة والسمنة بين المراهقين بالكمية في دكا، بنغالديش. بلغ عدد العينة ٥١٨) من الطالب المراهقين باستخدام تقنية أخذ العينات متعددة المراحل من خمس كليات، تم استخدام استبيان شبه الطلاب الى تناول الاطعمة السريعة وان ٨٦,١٪. أظهرت النتائج أن التذوق، المتعة والراحة هما الدوافع الرئيسية التي دفعت من الطالب يستهلكون الوجبات السريعة مرة واحدة على الأقل، حوالي ٦٤ ٪ يستهلكون الوجبات السريعة أكثر من ثلاث أيام في الاسبوع، كان هناك فرق كبير بين الطالب فيما يتعلق بنوع الجنس، التعليم والمستوي الاجتماعي والاقتصادي. كما أكدت الدراسة وجود ارتباط كبير بين استهلاك الوجبات السريعة مع ارتفاع معدل انتشار السمنة. وأوصت الدراسة با رشادات لشروع في تنفيذ برامج محددة للتنقيف وارشادات غذائية وحملات توعية عامه فعاله لمعالجه هذه المشكلات.

اوضح على جمعه (٢٠٢١) بان مشكلات اسر شباب مرضى السرطان الدم لبرنامج مقترح من منظور الخدمة الاجتماعية للتخفيف عنها حيث جاء في الترتيب الاول المشكلات

النفسية نتيجة لكثرة العلاج والجرعات المتتالية بنسبه ٩٠,٩٪ وجاء في الترتيب الثاني المشكلات الصحية الناتجة من سوء التغذية المسببه لهذا المرض بنسبه ٦٦,١٣٪ وجاء في الترتيب الثالث المشكلات الاجتماعيه بنسبه ٥٩,٥٧٪ وجاء في الترتيب الرابع والاخير المشكلات الاقتصادية بنسبه ٥٥,٥٧٪

اشارت دراسه هلال الهدايه (٢٠١٦) الى ان هناك تاثير للبيئه الاجتماعيه والماديه بما تشمله من الوضع الاسرى والمعيشى ومكان الاقامه والاطار الثقافى وبينه العمل على اصابه بالامراض كما اشارت النتائج الى تاثير الكبير لانماط الحياه غير الصحيه والمتمثله فى النشاط البدنى والتخدين والنمط الغذائى هذا بالاضافه الى نتائج التى تؤكد على ان مرض الجهاز التنفسى يعانون من بعض المشكلات مثل عدم استقرار الحاله المزاجيه والنفسيه والشعور بالضيق والقلق ومشكلات اجتماعيه متعلق بصعوبه اداء المسؤوليات الاجتماعيه

اشار ايضا محمد (٢٠١٥) ان للممارسه المهنيه اثر فى تحقيق المسانده الاجتماعيه لمرضى عمليات تكيم المعده نتيجة لعدم الوعى الصحى بالتغذيه المناسبه ومدى الاثار النفسيه والجسديه نتيجة لاجراء هذه العمليات نتيجة لسوء التغذيه التى تؤدى الى زياده الوزن التعقيب على الدراسات السابقه وواجه الاستفادة منها:-

افاد عرض البحوث والدراسات السابقه للبحث الحالى فى توفير اطار نظرى ثرى والوقوف على ابعاد وقضايا ومشكلات المجتمع وربطه بالمعايشه الواقعيه للمشكلات الاجتماعيه وغيرها وتدايعيتها والتى تارق الشباب فجعل الباحث يمتلك القدره على التحليل لبعض جوانب المشكلات الغذائيه والوصول للحلول وما اعقب ذلك من استقرار اجتماعى اقتصادى يمكننا تحديد اوجه الاستفادة منها:-

١- صياغه مشكله الدراسه

ب- تحديد اهداف الدراسه

ج- تحديد المفاهيم الدراسه

د- صياغه تساؤلات الدراسه

٢- ركزت بعض الدراسات على المظاهر السلبيه الناتجه من سوء التغذيه ينتج عنها تدنى مستوى التحصيل الدراسى لما تحتويه هذه الاطعمه من مواد لاتساعد على التركيز

٣- اشارت الدراسات السابقه أن السلوكيات الغير صحيه، مثل العادات الغذائيه الغير صحيه، منتشرة بين الشباب مثل استهلاك الاطعمه السريعه وتناول المشروبات الغازية ومشروبات الطاقة

٤- اشارت بعض الدراسات على تنفيذ برامج وقائيه لاسر هذه الشباب للاطعمه الغذائيه المفيده وايضا للشباب لكيفيه اختيار الاطعمه التى يمكن الاستفادة منها

اشارت بعض الدراسات على عمل حملات توعيه ووقائيه من خلال وسائل الاعلام لتاثير الاطعمه الغير الصحيه على الشباب فى تحصيلهم الدراسى ايضا يسبب مشكلات صحيه ومشكلات اقتصاديه لوقايتهم من الامراض الخطيره

هدفت دراسه مرياح (٢٠١٢) بعنوان "سوء التغذيه لدى الطلاب وعلاقته بالتحصيل الدراسى حيث هدفت الدراسه الي بيان العلاقه بين سوء التغذيه والتحصيل الدراسى , وهدي تأثير سوء التغذيه عمي الناحية الصحيه وتأثيره علي التركيز من ناحية أخرى , ومدى علاقته بسوء التغذيه بالعادات الغذائيه الذى اثبتته الدراسه من عدم تناول الاطعمه الصحيه نتيجة لشعوره بخفض شهيته مما أدى الى قله التركيز

ثالثاً :- المنطلقات النظرية للدراسة:- theoreical starting points

وسوف يعتمد الباحثان على نظريتي الدور والانساق في توضيح الآثار الناتجة عن سور التغذية لدى الشباب الجامعي

١:-نظرية الدور الاجتماعي: social rol theory

تعتبر نظرية الدور الاجتماعي واحده من اهم النظريات المستخدمة في الخدمة الاجتماعية وهذا لانها توضح تفاعل الفرد مع بيئته الاجتماعية والعلاقة المتبادله بينهم حيث ان الكثير من مشكلات الفرد تتبع من عدم قدرته على ادواره الاجتماعية بنجاح فان الحياه المعقده وكثره احتياجات الانسان تجعله اكثر من دور في المجتمع الامر الذي يتطلب منه سلوكا معينا يناسب كل دور ويلائم توقعات المشاركين له في هذه الادوار ففروض نظرية الدور (عثمان, ٢٠٠٠, ص ٣٥٣)

- ١- لكل فرد دور بل ادوار متعددة قد تتجاس او تتسارع ويراعى في هذه الادوار توقعات قد متعددة أدوار بل دور الاخرين والتي تتحددها المكانه الاجتماعيه او الوضع الاجتماعى
 - ٢- يحقق توزيع الادوار بين الافراد وظيفه اجتماعيه ويشيع حاجه نفسيه لدى الفرد مبعثها الشعور بالحاجه الى تقدير والى الانجاز والتفاعل الاجتماعى وتوزيع الادوار
 - ٣- توزيع الادوار يساعد الفرد على الوصول للهدف عن طريق تحقيق المطالب التى يقوم بها على اسايى تخصص واكتسابه لمهارات معينه
- وتعرف هيلين بيرلمان الدور بانه: -

انماط الشخص السلوكيه المنظمه من حيث تاثيرها بالمكانه التى يسغلها او الوظائف التى يؤديها فى علاقته بشخص واحد او اكثر ويتم تشكيل تلك الانماط السلوكيه من خلال عده عوامل ديناميه (الصدى, ٢٠١٢, ص ١٩٠)

- احاجات ودوافع الشخص -ماذا يريد ,شعورياً ولا شعورياً
- أفكار الشخص وتصوراتہ عن الالتزامات والتوقعات المتبادلة والقائمة من خلال العادات والتقاليد والأعراف في المكانة المعينة والوظائف التي تقوم بها
- الاتفاق أو التعارض بين تصورات الشخص عن الالتزامات والتوقعات , وتصورات الآخر والآخرين الذين يتعامل معهم
- ومن هنا يمكن استخدام نظرية الدور فى الموائمه والموازنه بين الادوار المختلفه التى يمكن استخدامها فى توعية الشباب للعوامل المؤثره والناتجه من سوء التغذية والنسب ترتبط بالادوار التى تؤديها كل من (الممارس ,والاسره , والمجتمع) من حيث ان لكل دور متطلبات تختلف عن الدور الاخر

٢ :-نظريه الانساق:- Central system theory

ركزت الباحثه فى الدراسه على نظريه الانساق العامه حيث تمتد الجذور التاريخيه لنظريه الانساق العامه لثلاثينات القرن الماضى من خلال نظريه المعلومات والمدرسه الايكولوجيه وتنسم نظريه الانساق العامه بما يلى:-

- ١- انها تتعامل مع الاجزاء فى اطار الكليات على اساسيات التأثير المتبادل بين الجزء والكل
- ٢- تركز على مفهوم المعلومات المتاحه من الانساق
- ٣- تهتم بالتعامل مع المشكلات فى اطار ابعادها واشكالها المتعدده

- ٤- تتيح استخدام نماذج متداخله لتحقيق الادله المراد الوصول اليها (مرياح, فاطمه الزهراء , ٢٠١٢)
- ونظريه الانساق ايضا مدخلا شموليا لتفسير مشكلات الفرد واساليب مساعدته من خلال ارتباطها بعلاقات حتميه بكافه انساق الموقف الاشكال (ولاء ابراهيم, ٢٠١٩, ص ٣٤)
- وتمد نظريه الانساق العامه الممارس المهني باطار نظري فهي مجموعه من المفاهيم التي توجههم في رؤيتهم للعالم حيث تحت الاحصائيه للتفاعل بين مختلف الانساق البيئيه بما في ذلك التفاعلات بين الافراد والجماعات والاسر والمنظمات (عبد اللطيف, ٢٠٠٧, ص ٨-١٠)
- وتظهر اهميه الانساق العامه في الممارسه المهنيه للخدمه الاجتماعيه في انها تتيح للممارس العام باطار مرجعي لتحديد العوامل المسببه للمشكلات الاجتماعيه وسوف يتم الاستفادة من نظريه الانساق العامه في اطار الدراسه الحاليه من خلال:-
- ١- التعامل مع الآثار الناتجه من سوء التغذية للشباب
 - ٢- تحديد المشكلات الناتجه من الآثار السلبيه عن سوء التغذية
 - ٣- دور الممارس المهني في مواجهه المشكلات التاجه عن سوء التغذية ومواجهتها (FRIDMAN, 1997)
- ونظرا لتركيز الممارسه العامه للخدمه الاجتماعيه على التعامل مع مختلف الانساق للمساعده ومن انساق الممارسه المهنيه في الخدمه الاجتماعيه فيما يلي:-
- ١- نسق محدث التغيير change agent system ويشمل الممارس المهني الذي يساهم في احداث تغيير في نسق العمل والانساق الاخرى المرتبطه به من خلال تقديم مساعدته والتوجيه اليهم بتغيير العادات الغذائية الخاطئه كذلك تعتبر المؤسسه التي يعمل بها الاخصائي الاجتماعى نسقا مسنولا عن احداث التغيير لما لها من ادوار عديده في ذلك ومنها على سبيل المثال تقديم البرامج الغذائيه الصحيه والخدمات والموارد المساهمه في مواجهه الآثار السلبيه التي اعتاد عليها الشباب
 - ٢- نسق العمل:- وهو وحده العمل التي يتعامل معه الممارس المهني وهو صاحب الحاجه او المشكله وتقصد الباحثه بنسق العمل في هذه الدراسه الى الشباب الجامعى بالمعهد كنسق فرى وجماعى وفى نفس الوقت نسق الهدف (صيام, ٢٠٠٥, ص ١٥)
 - ٣- نسق المستهدف:- يعتبر النسق المستهدف من اهم الانساق المرتبطه بالمشكله التي يعانى منها العميل وقد يكون له احتمالين هما الاحتمال الاول:-
- قد يكون هذا النسق سببا رئيسيا في حدوث المشكله التي يعانى منها نسق العميل ولايمكن تحقيق مواجهه فعاله دون مشاركته هذا النسق في حلها ويكون هذا النسق في هذه الحاله نسق يتفاعل مباشره مع نسق المشكله وله تاثير كبير على العميل وقد يكون هذا النسق (الاسره, جماعه الاصدقاء , المنظمه, المجتمع المحلى) ويحدد الممارس العام متصل الانساق المستهدف احداث تغيير فيها لصالح العميل, كما يحدد مواطن القوه التي يمكن الاستفادة منها ومتوافره في هذا النسق لصالح حل مشكله العميل
- الاحتمال الثانى :- قد يكون النسق المستهدف وفقا لهذه الدراسه (طلاب الفرقة الرابعه بالمعهد)

٤- نسق العمل او الفعل:- the action system

ويقصد بنسق الفعل او العمل هؤلاء المهنيين من تخصصات معينه اخرى والذى يجب ان يتعاون معهم الممارس المهني للاستعانة والاستفادة منهم بواسطة الممارس المهني وتقصد الباحثة بنسق العمل فى هذه الدراسة الاشخاص المهنيين وتتمثل فى (جماعه العمل التى ينضم اليها الطلاب , والمتخصصين فى التوعية الغذائيه, ادارة المعهد, ما يتم بالاستعانة به من خبرات للتأثير وتغيير العادات السلبيه فى تناول الاغذية الضاره) (عبد المجيد, ٢٠٠٨, ص ٦٧)

ضوء الدراسات السابقة والمنطلقات النظرية تستطيع الباحثة ان تحدد مشكله الدراسة فى الوصول الى افضل الادوار المهنية للممارس المهني فى مواجهه الاثار السلبيه عن سوء التغذية لمرحلة الشباب

رابعاً:- صياغة مشكله الدراسة:-

انطلاقاً من استعراض التراث النظرى ونتائج الدراسات السابقه والتي اكدت على الاثار المسببه الناتجه عن سوء التغذية لدى الشباب الجامعى وان هناك مشكلات ناتجه من تناول الاطعمه الغير صحيه واستنادا على الموجهات النظرية للدراسة والتي تتمثل فى نظرية الاتصال فقد اثار ذلك العديد من التساؤلات فى ذهن الباحثة:-

- ١- ما معنى سوء التغذية عند الشباب الجامعى؟
 - ٢- ماهى الاثار الناتجه من سوء التغذية لدى الشباب الجامعى؟
 - ٣- كيف يمكن تغيير وتعديل اتجاهات الشباب للبعد عن الاطعمه الضاره ؟
- وفى ضوء ذلك يمكن صياغة مشكله الدراسة (دور الممارس المهني فى مواجهه الاثار السلبيه الناتجه عن سوء الغذاء)

GENERAL PRACTICE:- مفهوم الممارسه العامه

يشير " ماهر ابو المعاطى " الى أن مفهوم الممارسة العامة " جاء نتيجة المحاولات الاولى لتطوير مفهوم موحد لممارسه الخدمه الاجتماعيه، وأن الممارسه العامه تعنى النظره الشموليه وتشير الى الكليه وعلى كل الاجزاء التى يتكون منها هذا الكل والعلاقه بين الاجزاء ومدى ترابطها واستقلالها. (أبو المعاطي على، ٢٠٠٠، ص ١٩)

ويرى " حبيب " أن الممارسه العامه "نوع من الممارسه المهنية للخدمه الاجتماعيه تعتمد على انتقاء المداخل أو النماذج المهنية ما ان جمله النماذج المداخل العلميه المتاحه أمام الاخصائين الاجتماعيين واستخدامها فى التدخل المهني مع نسق الهدف بما يتناسب مع نسق العمل ونسق المشكله. (حبيب، ٢٠٠٩، ص ٢٨)

عرفت الممارسه العامه بأنها "منظور يركز على تحقيق العداله الاجتماعيه وتؤكد على أن يؤر اهتمام الاخصائى الاجتماعى ينصب على المشكلات الاجتماعيه والحاجات الانسانيه وليس على تفضيل المؤسسة لتطبيق طريقه أو نموذج معين للممارسه مستخدما منظور الانساق البينيه وعملية حل المشكله كمنطلقات لعمله (Pamela,1995,p1102)

وأشار إليها آخرون بأنها "مدخل شامل يركز على اى المسئوليه المتبادله بين نسق محدث التغيير ونسق العمل للتعامل مع مشكلات العملاء فى البينه حيث يتضمن نسق محدث التغيير مواقع الممارسه المختلفه الموارد الاخرى المتاحه فى المجتمع التى من الممكن أن يساعد

الاخصائى العميل في الحصول عليها أما نسق العميل فيتضمن العميل والاسره والاصدقاء والمجتمع المحلي . (David S. Derezotes ,2000p5) وعرفها روبرت باركر فى قاموس الخدمة الاجتماعية أيضا على انها " فن يمارس عن طريق استخدام الممارس العام العديد من المعارف والقيم والمهارات والنظريات لتقدير حاجات ومشكلات العملاء بطريقه عامه وسريعه وشامله (Robert L. Barker,(1999),p190) عرفها أحمد محمد السنهوري " بأنها مدخل لدراسه تفاعل القضايا الشخصيه والجماعيه وتعمل مع أنساق إنسانية متنوعة (مجتمع، مجتمعات محلية، جيران، منظمات معقده، مؤسسات جماعات رسمية وجماعات غير رسمية، أسر، زوجان، افراد) لإحداث التغيرات التى تؤدى الى زيادة الاداء الاجتماعى إلى أقصى حد ممكن. (السنهوري , ٢٠٠١) ويعرف الممارس المهنى بأنه هو الاخصائى الاجتماعى المؤهل علميا ونظريا في المعاهد او المدارس المتخصصة لتعليم الاخصائين الاجتماعيين الذين يمكن ان يطلق عليهم social work professional ويستخدم الممارس المهنى فى الخدمة الاجتماعيه القواعد المعرفيه التى حصل عليها اثناء اعداده وتدريبه ويعتمد فى عمله على مجموعه من القواعد والمبادئ التى ترتبط فى جزء منها بالممارسه وفى الجزء الاخر بقيه المهنة واخلاقيتها ويستخدم كله لفهم العملاء ومشكلاتهم ولمساعدتهم على الوصول الى الحلول المناسبه لمشكلاتهم(شكرى, عبد المقصود , ٢٠١٥ ص ٣٨٦)

تحدد مهام الاخصائى الاجتماعى كممارس عام على النحو التالى:-

- ١- يمتلك العديد من المهارات التى تمكنه من تصميم وتطبيق المعارف والقيم التى تتناسب مع طبيعته كل موقف من المواقف الاشكاليه التى يتعامل معها
- ٢- يعتبر الممارس العام هو المسؤول عن توجيه عمليه مساعدته واحداث التغيرات المطلوبه بصفته محرك عمليه المساعد
- ٣- يتعامل الممارس العام مع كافه الانساق المرتبطه بالموقف الاشكالى سواء التى تحتاج للمساعد(كنسق العميل- ونسق المشكله) او الانساق الاخرى(كنسق الفعل او نسق المستهدف)
- ٤- يعمل الممارس العام في اطار سياسيه ولوائح المنظمه التى يعمل بها اذ يعتبر ممثلا لها
- ٥- يعتمد المستوى المهنى للممارس العام على مستوى اعداده اثناء مرحله الدراسه وكذلك المستوى المهنى المستمر بعد التخرج اثناء عمله

خامسا اهميه الدراسه:-

- ١- اهتمام الدوله بالشباب على اعتبارهم الشريحة الاكثر فى المجتمع وهم من يقود التنميه
- ٢- تسليط الضوء على الشباب الذين يعانون من سوء التغذيه واستدراك مشاكهم الصحيه والجسديه العقلية التى تنعكس على حالتهم وسلوكهم
- ٣- تشجيع الشباب على تغيير عاداتهم الغذائيه الخاطئه الى عادات ومعتقدات غذائيه سليمة وصحية وتقيه من الاصابه الامراض الخطيره المرتبطة بالغذاء
- ٤- نشر المعلومات الصحيه من أجل الوقاية من أمراض سوء التغذيه وتشجيع النظام الغذائيه الصحيه وأنماط الحياة الصحيه السليمه
- ٥- تعزيز واثراء الجانب العلمى للخدمه الاجتماعيه على اهم الاثار الناتجه من سوء التغذيه الخاصه بالشباب الجامعى والتى تنعكس على الجوانب الاجتماعيه والصحيه والجسديه

سادسا:-اهداف الدراسه:

- ١- التعرف على الآثار السلبية عن سوء التغذية لدى الشباب الجامعي؟
- ٢- التعرف مشكلات سوء التغذية التي تواجه الشباب الجامعي؟
- ٣- التعرف على دور الممارس المهني في مواجهه الآثار السلبية الناتجة عن سوء التغذية لدى الشباب الجامعي؟

سابعاً :- تساؤلات الدراسة:-

- ١- ما الآثار السلبية عن سوء التغذية لدى الشباب الجامعي؟
- ٢- ما مشكلات سوء التغذية التي تواجه الشباب الجامعي؟
- ٣- ما دور الممارسه المهنة في مواجهه الآثار السلبية الناتجة عن سوء التغذية لدى الشباب الجامعي؟
- ٤- تصور مقترح لادوار الممارسي المهني في مواجهه الآثار السلبية الناتجة عن سوء التغذية لدى الشباب الجامعي؟

ثامناً :- مفاهيم الدراسة:-

سوء التغذية:- Mal nutrition

حدوث تدهور أو ضعف في الصحة نتيجة تناول أغذية غير متوازنة إما بالزيادة أو النقص في واحد أو أكثر من العناصر الغذائية (احمد , ٢٠١٢ ص ١٤٤٦)

سوء التغذية يعرف بأنه غياب الغذاء المتكامل وامتوازن أي نقص المواد الغذائية أو وجود فائض من تلك المواد في جسم الانسان. وكذلك عدم حصول الجسم على العناصر الغذائية الضرورية سواء عن طريق الافراط أو التفريط أي خلل في التوازن الغذائي وأن مصاب سوء التغذية يعاني من مشاكل في الطول والوزن بحيث يظهر لو خلل في منحني الكتلة الجسمية اما الزيادة أو النقص (حسين , ٢٠٠٤, ص ١٥)

سوء التغذية:- Malnutrition

هي الحالة المرضية الناشئة عن نقص أو زيادة في واحد أو أكثر من العناصر الغذائية أو عدم قدرة الجسم على الحصول على كفايته من العناصر الغذائية كلها أو بعضها الناتج عن الفقر والجهل أو عدم قدرة الجسم على التمثيل الغذائي أو الاستفاده من الطعام المتناول بسبب مرض أو خلل في الجهاز الهضمي أو الطهي غير الصحي واتباع عادات غذائية غير سليمة (عزت, ٢٠٠٠, ص ١٩)

يُشير سوء التغذية إلى النقص أو الزيادة أو عدم التوازن في مدخول الطاقة و/ أو المغذيات لدى الشخص. ويشمل مصطلح سوء التغذية مجموعات واسعة النطاق من الحالات الصحية: نقص التغذية، الذي يشمل الهزال (انخفاض الوزن بالنسبة إلى الطول)، والتقزم (قصر القامة بالنسبة إلى العمر)، ونقص الوزن (انخفاض الوزن بالنسبة إلى العمر)؛ سوء التغذية المتعلق بالمغذيات الدقيقة، الذي يشمل عوز المغذيات الدقيقة (نقص الفيتامينات والمعادن المهمة) أو فرط المغذيات الدقيقة؛ (عويضة, ٢٠١٢, ص ٢٤)

فرط الوزن والسمنة والأمراض غير السارية المرتبطة بالنظام الغذائي (مثل أمراض القلب والسكتة الدماغية وداء السكري وبعض السرطانات) (صباحي, ٢٠٠٤, ص ١٥)

ويمكن تعريف سوء التغذية إجرائياً:-

- ١- بحدوث نقص أو زيادة في عنصر غذائي أو أكثر بسبب خلل في النظام الغذائي يؤدي الي حدوث تدهور في الحالة الصحية

٢- زيادة أو نقص في العناصر الغذائية المتناولة والناجم من الفقر في الوعي الغذائي واتباع العادات الغذائية الخاطئة

٣- شمل سوء التغذية في جميع أشكاله نقص التغذية (الهزال والتقرم ونقص الوزن)، ونقص الفيتامينات أو المعادن، وفرط الوزن، والسمنة، والأمراض غير السارية المرتبطة بالنظام الغذائي

مفهوم الشباب:- youth

عرف الشباب في اللغة العربية بأنه (الفتوة والحداثه وشباب الشئ اوله)(مجمع اللغة العربية: المعجم الوجيز)

وعرف في اللغة الانجليزيه youth بانها الصبا والفتى والشبيه والشبان(البلعكي، ١٩٩٥، ص ١٠٨٥)

ومفهوم الشباب من وجهه نظر علماء البولوجيا او علماء النفس انهم حاله ظاهره تنشأ كمحصلة تفاعل وتكامل عوامل بيولوجيه مع خصائص نفسيه فى سياق عناصر ومحددات ثقافيه واجتماعيه وباعتبار الشباب هو اقصى درجات الحيويه بيولوجيا وفيزيقيا ونفسيا واجتماعيا(السنهورى , ٢٠٠٢)

كما عرف بأنه المرحلة العمرية التي تتراوح ما بين (١٨-٣٥) وهى الفتره التى تعقب فتره المراهقه او تمثل بدايه المراهقه المتأخره والاختلاف فى تحديد بدايه تلك المرحله ونهايتها على اساس تقريب مرجعه اختلاف ظروف كل مجتمع(شكرى , عبد المقصود , ٢٠١٥، ص ٣٨٧)

او يعرف الشباب بأنه الفتره التى تبدأ حينما يحاول المجتمع تاهيل الشخص لكى يحتل مكانه اجتماعيه ويؤدى دورا فى بنائه وتنتهى حينما يتمكن الفرد من احتلال مكانته واداء دورا فى السياق الاجتماعى وفقا للمعايير التفاعل الاجتماعى(السنهورى , ٢٠٠٢، ص ٥٧٩)

ويعرف علماء النفس مرحله الشباب بانها حاله تفسير مصاحبه تمر بالانسان ويتميز بالحيويه وترتبط بالقدره على التعليم ومرونة العلاقات الانسانيه وتحمل المسئوليه وهى مرحله التى ينتقل فيها الشخص من مرحله كان يعتمد فيها على الاخرين الى مرحله يصبح فيها معتمدا على نفسه(ابو المعاطى واخرون , ٢٠٠١، ص ٢٢)

التعريف الاجرائى للشباب : الشباب هو كل من بلغ من العمر الثامنه عشر ووقف عند الثلاثين وهى التى تبدء حينما يحاول المجتمع تاهيل الشخص لكى يمثل مكانه اجتماعيه ويؤدى دور فى بناء المجتمع من خلال تجنبه الاثار الناتجه عن سوء التغذية

تاسعا- الاجراءات المنهجيه:-

١-نوع الدراسه:-study tyb

تعتبر هذه الدراسه من الدراسات الوصفيه التحليليه والتى تستهدف تقرير خصائص ظاهره معينه وتحديد العوامل المؤثره فيها او الناتجه عنها وفى اطار الدراسه الحاليه يتم الوقوف على الاثار الناتجه من سوء التغذية لدى الشباب الجامعى

٢- المنهج المستخدم:-method used اتساقا مع نوع الدراسه ترى الباحثة استخدام منهج المسح الاجتماعى الذى له اهميه فى دراسات الخدمه الاجتماعيه ويعتبر المسح الاجتماعى منهجا لجمع البيانات الاجتماعيه بغرض الحصول على معلومات تصور الواقع وتسهم فى تحليل ظواهره فى الوقت الحاضر

وسوف يتم استخدام المسح الاجتماعى بطريقته العينه:-

١- مع عينه من طلاب المعهد لاستطلاع آرائهم في الآثار الناتجة عن الإطعمه الغير صحيه والاثار السلبيه الناتجه عنها

٣- ادوات الدراسة:- study tools

استخدمت الباحثة الادوات التاليه لتحقيق اهداف الدراسه مع مراعاة ملائمتها للمنهج المستخدم حتى تخرج الدراسه بصوره علميه متكامله حيث تمثلت اداه جمع البيانات في:

١- استماره استبيان مطبقه على عينه من الطلاب للتعرف الالثار السلبيه الناتجه عن سوء الغذاء لدى الشباب الجامعى.

وقد اتبعت الباحثة المنهج العلمى في تصميم الاداه وفقا للمراحل الاتيه:-
المرحلة الاولى:-

تصميم اداه جمع البيانات وفقا للخطوات الاتيه :

١- الرجوع الى الكتابات العلميه المتخصصه في الدراسه

٢- الاطلاع على العديد من الاستثمارات المرتبطه بالموضوع

٣- الرجوع الى الدراسات السابقه العربيه والاجنبيه المرتبطه بالموضوع

٤- تم تصميم الاستبيان بما يحقق الاجابه على تساؤلات الدراسه
المرحلة الثانيه:-

تحديد الابعاد الرئيسيه لاستماره , ووضع مجموعه الاسئله مرتبطه بكل بعد تتمثل الابعاد في الاتى:-

١- البيانات الاوليه

٢- الالثار المترتبه من سوء التغذيه لدى الشباب الجامعى

٣- المشكلات المترتبه من سوء التغذيه لدى الشباب الجامعى

٤- دور الممارس المهنى في مواجهه الالثار الناتجه من سوء التغذيه لدى الشباب الجامعى
وقد راعت الباحثة في تصميم الاستماره الاتى :-

١. الابتعاد عن الاسئله الاليحائيه

٢. تجنب الاسئله المفتوحه

٣. الوصول الى ترتيب منطقى لاسئله داخل الاستماره

٤. صدق المحكمين:-

للتحقق من صدق الاستثماره من خلال :

أ- الصدق الظاهري : تم عرض الاستثماره على مجموعه من المحكمين وبلغ عددهم (٥) محكمين وتم تعديل صياغة بعض العبارات وفقاً لأداء المحكمين وحذف بعضها وإعادة صياغة عبارات أخرى وكانت نسبة اتفاق المحكمين على كل عبارة لا تقل عن ٨٠٪ وبذلك يكون الاستبيان قد خضع للصدق الظاهري أو صدق المحتوى وبناء على ذلك تم صياغة الاستبيان فى صورته النهائيه.

ثبات الاستثماره :

تم حساب ثبات الاستثماره باستخدام معامل ثبات (ألفا- كرونباخ) لحساب معامل الثبات

٤- مجالات الدراسه:-

١- المجال المكانى :- spatial domain

يتم التطبيق فى المعهد العالى للخدمه الاجتماعيه ببورسعيد

٢- المجال البشرى:- human field

عينه من طلاب المعهد بالفرق المختلفه بلغت (٥٠) مفردة وبفرز الاستثمارات وجد اربع استثمارات تالفه وبالتالي بلغت العينه (٤٦) مفردة
٢- المجال الزمني:- الترم الثاني من (شهر فبراير الى شهر مايو) ٢٠٢٢/٢٠٢٣
عاشراً- النتائج المرتبطة:- ١- النتائج المرتبطة بوصف عينه البحث:

جدول رقم (١) يوضح نوع العينه

م	النوع	التكرار	النسبه	الترتيب
١-	ذكر	٢٠	%٤٤	٢
٢-	انثى	٢٦	%٥٦	١
	الاجمالي	%٤٦	%١٠٠	

باستقراء الجدول السابق نجد ان نوع عينه البحث من الشباب بالمعهد العالى للخدمه الاجتماعيه ببورسعيد التالى:-

تشير معطيات الجدول السابق ان نسبه (%٥٦) من المبحوثين من الشباب الاناث وان نسبه (%٤٤) من الشباب الذكور وهذا يشير الى ارتفاع نسبه الاناث اكثر من نسبه الذكور بالمعهد محل الدراسه

جدول رقم (٢) يوضح الفئه العمرية

م	المرحلة السنيه	التكرار	النسبه	الترتيب
١-	من ٢٠ سنه : اقل من ٢١ سنه	١٠	%٢٢	٢
٢-	من ٢١ سنه: اقل من ٢٣ سنه	٢٥	%٥٤	١
٣-	من ٢٣ سنه: اقل من ٢٥ سنه	٨	%١٧	٣
٤-	من ٢٥ سنه الى اقل من ٢٨	٣	%٧	٤
	الاجمالي	٤٦	%١٠٠	

يتضح من الجدول السابق الذى يوضح الفئه العمرية ان نسبه (%٥٤) تاتى في المرتبه الاولى من المبحوثين في الفئه العمرية من ٢١ سنه : ٢٣ سنه وبلغت نسبه (%٢٢) من المبحوثين والتي تاتى في المرتبه الثانيه في مرحله العمرية من ٢١: ٢٣ سنه وبلغت نسبه (%١٧) في الفئه العمرية ٢٣: ٢٥ بينما بلغت نسبه (%٧) من المبحوثين الفئه العمرية من ٢٥ سنه الى اقل من ٢٨ وهذا يدل على ان اغلب المبحوثين من الفئه العمرية التى تحتاج الى تغيير اتجاهات سلوك عاداتهم بالتغذيه الصحيه لعدم وعيهم الكافى بالاثار السلبيه الناتجه عنها

جدول (٣) يوضح المشاركه فى اللقاءات الثقفيه للتغذيه

م	اللقاءات الثقفيه للتغذيه	التكرار	النسبه
١-	نعم	١١	%٢٤
٢-	لا	٣٥	%٧٦
	المجموع	٤٦	%١٠٠

يتضح من الجدول السابق الذى يوضح المشاركه فى اللقاءات الثقفيه ان نسبه (%٧٦) من المبحوثين لم تشارك فى اللقاءات الثقفيه عن الغذاء وتاتى فى المرتبه الاوليين بل بلغت نسبه (%٢٤) من المبحوثين الشباب شاركت فى اللقاءات الثقفيه وتاتى فى المرتبه الثانيه وهذا يدل ان الغالبية العظمى لا يوجد لديها الوعى الكافى بخطوره الاغذيه الغير صحيه عليهم وليس لديها المعرفه والخبره بذلك

جدول رقم (٤) يوضح انواع المشاركات فى اللقاءات التثقيفيه

م	المرحلة السنيه	التكرار	النسبه
١	ندوات توعويه عن الانظمه الغذائيه	٥	٪١١
٢	مبادرات عن العادات الغذائيه	٢	٪٥
٣	ورش عمل لتغير السلوكيات الخاطئه	٣	٪٧

تشير معطيات الجدول السابق الذى يوضح اسماء المشاركات التثقيفيه لزياده معرفه بالمعلومات عن الغذاء السليم والحفاظ عليهم ان نسبه (١١٪) من المبحوثين فى تنفيذ ندوات توعويه لتغير السلوكيات الخاطئه فى تناول الوجبات وجاءت فى المرتبه الاولى حيث ان نسبه ورش العمل لتغير السلوكيات الخاطئه جاءت نسبتها (٧٪) جاءت فى المرتبه الثانيه وجاء فى المرتبه الثالثه بنسبه (٥٪) مبادرات عن العادات الغذائيه لان هذه احدى وسائل الاتصال الفعاله مع الشباب التى تعمل على تعديل المفاهيم الخاطئه عن الحفاظ على الصحه وتعديل العادات السلبيه الناتجه من سوء الغذاء

م	العبارة	المجموع المرجح	المتوسط المرجح	الترتيب
١-	اشعر بالبرد بشكل دائم	١١٥	٢,٥	١
٢-	اصاب دائما بالانفلوزا طوال العام	١١٠	٢,٣	٣
٣-	اصاب بالعدوى لضعف مناعتي	١١٦	٢,٥	١ مكرر
٤-	انفعل بشكل دائم	٨٨	١,٩	٦
٥-	اشعر بتساقط شعري دائما	١١٥	٢,٥	١ مكرر
٧-	اعانى من نحافه جسمي	١١٢	٢,١	٥
٨-	اعانى من زياده الوزن	١٠٠	٢,٤	٢
٩-	اجد صعوبة شديده فى عمليه التنفس	١٠٤	٢,٢	٤

٢-النتائج المرتبطه بتساؤلات الدراسه:

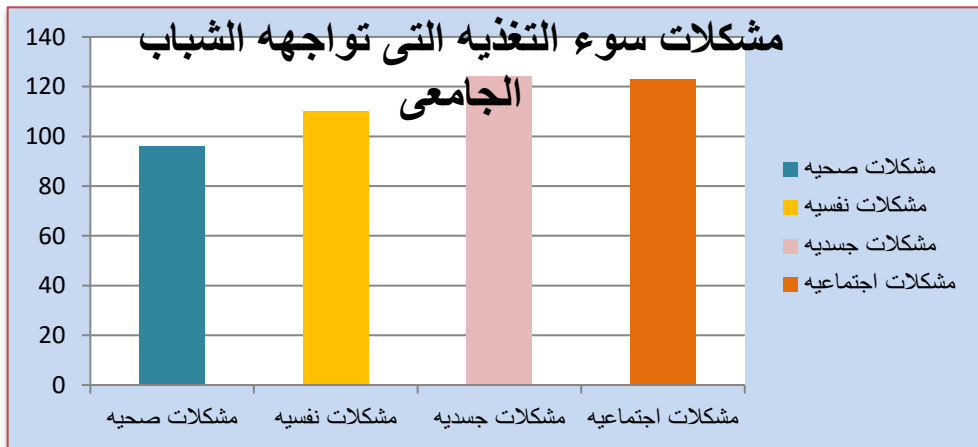
جدول رقم (٥) يوضح الاثار السلبيه عن سوء التغذية للشباب

وباستقراء الجدول السابق يوضح الاثار السلبيه عن سوء التغذية لدى الشباب حيث نجد اجابه الشباب لشعور بابرء بشكل دائم والاصابه بالعدوى للضعف المناعه والشعور بتساقط الشعر جاءوا فى المرتبه الاولى وذلك بنسبه (٢,٥٪) وجاء فى المرتبه الثانيه اعانى من زياده الوزن بنسبه (٢,٤٪) ثم جاء فى المرتبه الثالثه اصاب دائما بالانفلوزا طوال العام (٢,٣٪) وجاء فى المرتبه الرابعه اجد صعوبة شديده فى عمليه التنفس بنسبه (٢,٢٪) وجاءت فى المرتبه الخامسه اعانى من نحافه جسمي بنسبه (٢,١٪) ثم جاء فى المرتبه الاخيريه انفعل بشكل دائم بنسبه (١,٩٪), وهذايذل على عدم الوعى الكامل بنتيجه الاثاره المترتبه من سوء التغذية والتى تؤدى الى الضعف العام الى المناعه وهذا ما جاء فى المرتبه الاولى مما ترتب عليه الاصابه بالبرد طوال العام وتساقط الشعر وزياده الوزن نتيجه لعدم الغذاء الصحى الذى يقاوم كل هذه الاثار وهذ ما تؤكد دراسته داليا عاطف زيدان حيث تميل هذه المرحله السنيه الى العادات الاكل السئ التى الى امراض العصر مثل ضعف مناعهم وزياده الوزن ووجود

اضطرابات بالمعدة وهشاشة العظام بسبب انتشار الوجبات السريعة وحرية الشباب في تناولها وتناول الاطعمة الاساسيه في فترات غير منتظمة
اكدت دراسته(بدرية محمد حسنين ٢٠٠٣) أن نقص مستوي الوعي الغذائي لدى الافراد يؤدي إلى إنتشار العديد من الممارسات والعادات الغذائية الخاطئة وبالتالي إنتشار الكثير من الامراض وأنه يمكن تنمية المستوي الغذائي الافراد بتنمية الوعي الغذائى اليهم عن طريق امدادهم بالمعلومات الغذائية والعادات الغذائية الصحية السليمة
جدول رقم (٦) يوضح مشكلات سوء التغذية التى تواجه الشباب الجامعى

م	العبارة	المجموع المرجح	المتوسط المرجح	الترتيب
١-	مشكلات صحية	٩٦	٢,٨	١
٢-	مشكلات نفسيه	١١٠	٢,٣	٤
٣-	مشكلات جسديه	١٢٤	٢,٦	٣
٤-	مشكلات اجتماعيه	١٢٣	٢,٧	٢

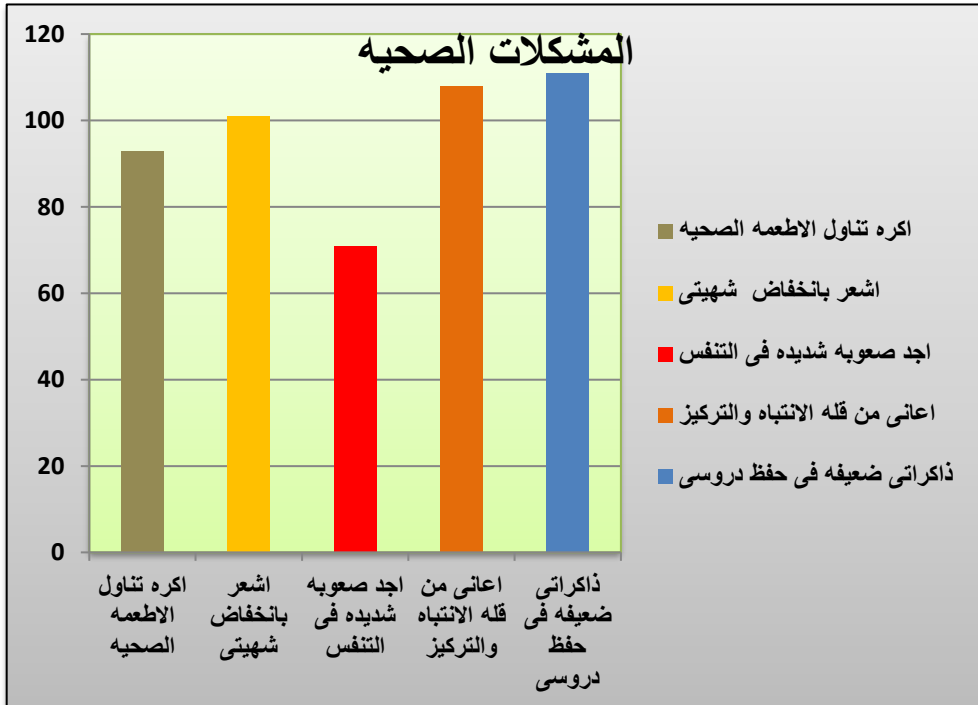
باستقراء الجدول السابق الذى يوضح انواع المشكلان الناتجه من سوء التغذية المشكلات الصحية اخذت المرتبة الاولى بنسبه (٢,٨٪) والمشكلات الاجتماعيه جاءت بنسبه(٢,٧٪) وجاءت فى المرتبه الثانيه ثم جاء فى المرتبه الثالثه المشكلات جسديه بنسبه(٢,٦٪) وجاء فى المرتبه الرابعه المشكلات النفسيه بنسبه (٢,٣٪) مما يدل على نقص الوعي الصحى بالتغذيه الصحيه السليمه وذا ما اكدته دراسته (بشرى رافت خليل) ٢٠٢١ تحديد مستوى وعى الشباب بمخاطر استهلاك الوجبات السريعه وتحديد الفروق الفرديه فى وعى الشباب بمخاطر استهلاك الوجبات السريعه بمحاورها النفسيه والاجتماعيه والصحيه حيث اثبتت الدراسه عدم وعى الشباب بالمخاطر الناتجه من سوء التغذية والتى تؤدى الى هذه المشكلات



جدول رقم (٧) يوضح مشكلات سوء التغذية التي تواجه الشباب الجامعي مشكلات صحية

م	العبارة	المجموع المرجح	المتوسط المرجح	الترتيب
١-	اكره تناول الاطعمه الصحيه	٩٣	٨.	٥
٢-	اشعر بانخفاض شهيتي	١٠١	٢,١	٣
٣-	اجد صعوبة شديده فى التنفس	٧١	١,٥	٤
٤-	اعانى من قله الانتباه والتركيز	١٠٨	٢,٣	٢
٥-	ذاكراتي ضعيفه فى حفظ دروسى	١١١	٢,٤	١

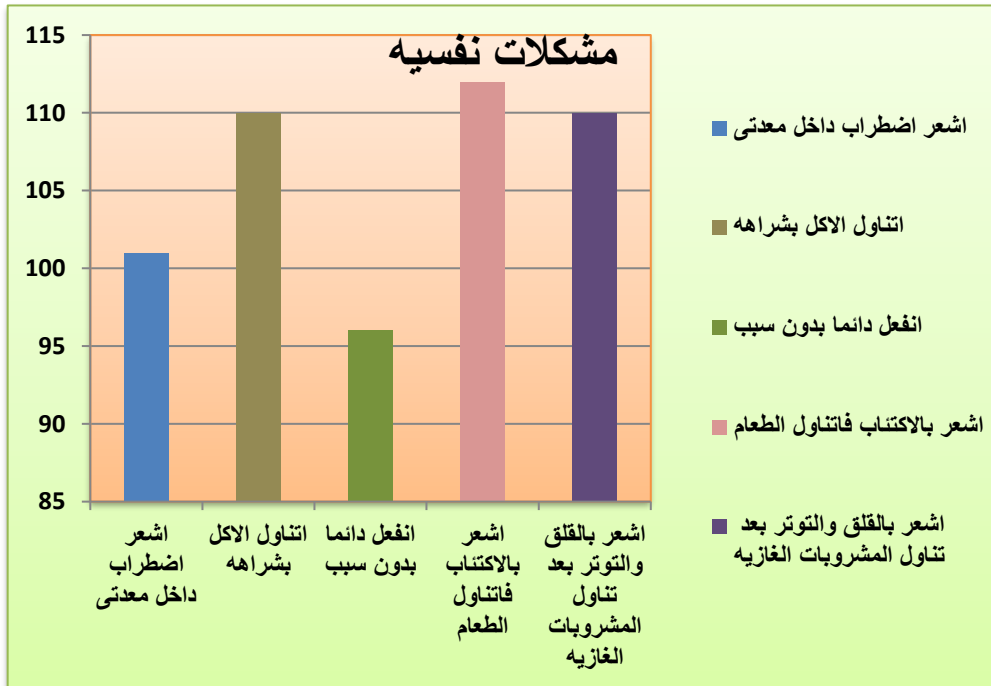
يتضح من الجدول السابق الذى يوضح مشكلات التغذية الصحيه الناتجه من سوء التغذية حيث نجد ان نسبه (٢,٤٪) ذاكرتى ضعي قفى حفظ دروسى وجاءت فى المرتبه الاولى وجاء بنسبه (٢,٣٪) اعانى من قله الانتباه والتركيز وجاءت فى المرتبه الثانيه وجاء بسبه (٢,١٪) اشعر بانخفاض شهيتي حيث جاءت المرتبه الثالثه ونسبه (١,٥٪) حيث اجد صعوبة فى التنفس وجاءت فى المرتبه الرابعه حيث اكدت عليه دراسة فاطمة الزهراء مرياح (٢٠١٢) بعنوان "سوء التغذية لدى المتدربين وعلاقتها بالتحصيل الدراسي حيث هدفت الدراسة الي بيان العلاقه بين سوء التغذية والتحصيل الدراسي , ومدي تأثير سوء التغذية علي الناحية الصحيه وتأثيره علي التركيز من ناحية أخرى , ومدي علاقته بسوء التغذية بالعادات الغذائية الذى اثبتته الدراسه من عدم تناول الاطعمه الصحيه نتيجته لشعوره بخفض شهيته مما أدى الى قله التركيز بالرسم والتحليل يوضح المشكلات الصحيه



جدول رقم (٨) يوضح المشكلات النفسية التي تواجه الشباب

م	العبارة	المجموع المرجح	المتوسط المرجح	الترتيب
١-	اشعر اضطراب داخل معدتي	١٠١	٢,١	٤
٢-	اتناول الاكل بشراهه	١١٠	٢,٨	١
٣-	انفعل دائما بدون سبب	٩٦	٢,٤	٢ مكرر
٤-	اشعر بالاكتئاب فاتناول الطعام	١١٢	٢,٤	٢
٥-	اشعر بالقلق والتوتر بعد تناول المشروبات الغازية	١١٠	٢,٣	٣

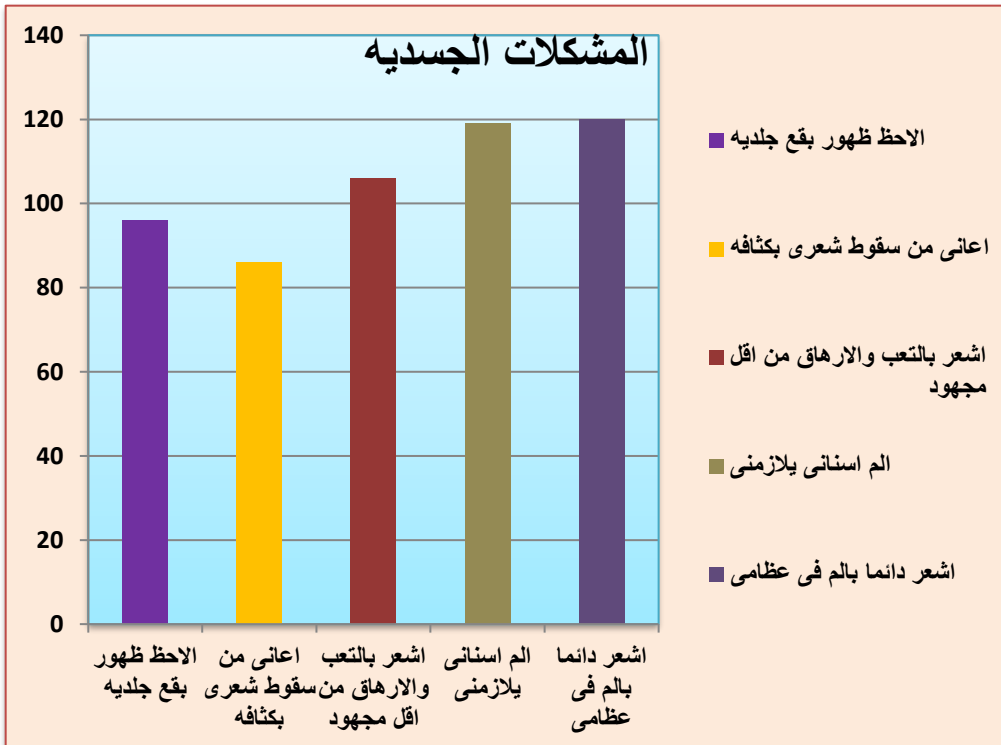
يوضح الجدول السابق انواع المشكلات النفسية التي تواجه الشباب نتيجة لسوء التغذية حيث جاء في المرتبة الاولى تناول الاكل بشراهه بنسبه (٢,٨٪) ثم جاء بنسبه (٢,٤٪) اشعر بالاكتئاب فاتناول الطعام وجاءت وتساوت ايضا في النسبه انفعل دائما بدون سبب في المرتبة الثانية وجاء بنسبه (٢,٣٪) اشعر بالقلق والتوتر بعد تناول المشروبات الغازية جاءت في المرتبة الثالثة وجاء بنسبه (٢,١٪) اشعر باضطراب داخل معدتي حيث جاءت في المرتبة الرابعة وهذا ما اكدته الكتابات النظرية لخضر المصري نتيجة الممارسات الغذائية للطلاب، وهي الابتعاد عن تناول الاغذية عالية المحتوي للدهون والنشويات والسكريات، وتقنين المتناول من الوجبات السريعة والمشروبات الغازية التي ينتج اضطراب المعده والشعور بالقلق والتوتر وتناول الاكل بشراهه نتيجة لغياب الوعي الغذائي واتباع عادات غذائية غير سليم



جدول رقم (٩) يوضح مشكلات الجسدية الناتجة عن سوء التغذية التي تواجه الشباب الجامعي مشكلات جسديه

م	العبرة	المجموع المرج	المتوسط المرج	الترتيب
١-	الاحظ ظهور بقع جلديه	٩٦	٢,٠٨	٤
٢-	اعانى من سقوط شعرى بكثافه	٨٦	١,٨	٥
٣-	اشعر بالتعب والارهاق من اقل مجهود	١٠٦	٢,٣	٣
٤-	الم اسنانى يلزمنى	١١٩	٢,٥	٢
٥-	اشعر دائما بالم فى عظامى	١٢٠	٢,٦	١

يتضح من الجدول السابق الذى يوضح مشكلات التغذية الجسدية الناتجة من سوء التغذية اشعردائما بالم فى عظامى (٢,٦٪) وجاء فى المرتبه الثانيه بنسبه (٢,٥٪) الم اسنانى يلزمنى وجاءت بنسبه (٢,٣٪) اشعر بالتعب والارهاق من اقل مجهود حيث جاءت فى المرتبه الثالثه وبنسبه (٢,٠٨٪) الاحظ ظهور بقع جلديه حيث جاء فى المرتبه الرابعه وجاء بنسبه (١,٨٪) الاحظ ظهور بقع جلديه وجاء فى المرتبه الاخير و هذا ما اكدته دراسه(ولاء ابراهيم الدسوقي ٢٠٠٦) تمثلت في سقوط الشعر، جفاف البشرة، تقصف الاظافر، الارهاق المستمر والتعرق الكثير، هذه المشكلات تكون بسبب التغذية غير المتوازنة وغير المتكامله ونقص عناصر غذائية محدده، لذلك تعتبر التغذية السليمه الصحية المتكامله هى مفتاح الصحه

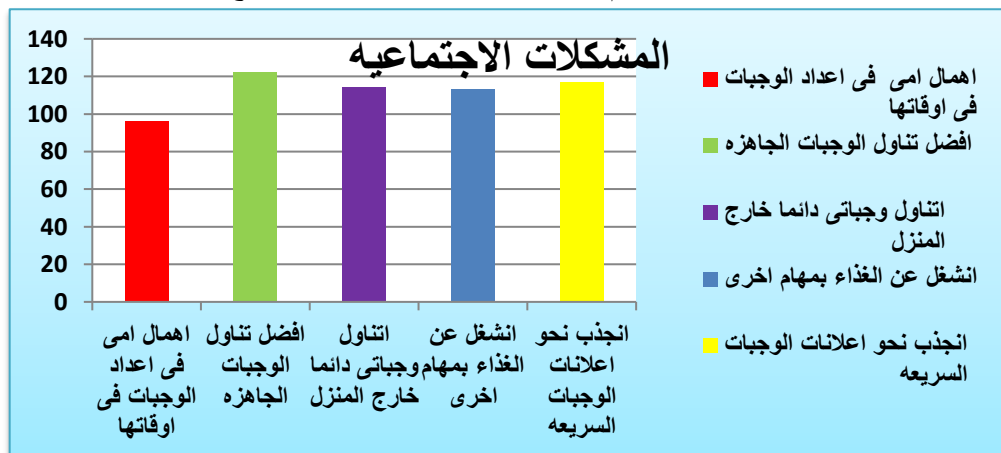


جدول رقم (١٠) يوضح مشكلات سوء التغذية التي تواجه الشباب الجامعي
مشكلات اجتماعية

م	العبارة	المجموع المرجح	المتوسط المرجح	الترتيب
١	اهمال امي فى اعداد الوجبات فى اوقاتها	٩٦	٢,٠٨	٣
٢	افضل تناول الوجبات الجاهزه	١٢٢	٢,٤	٢ مكرر
٣	اتناول وجباتى دائما خارج المنزل	١١٤	٢,٤	٢ مكرر
٤	انشغل عن الغذاء بمهام اخرى	١١٣	٢,٤	٢
٥	انجذب نحو اعلانات الوجبات السريعه	١١٧	٢,٥	١

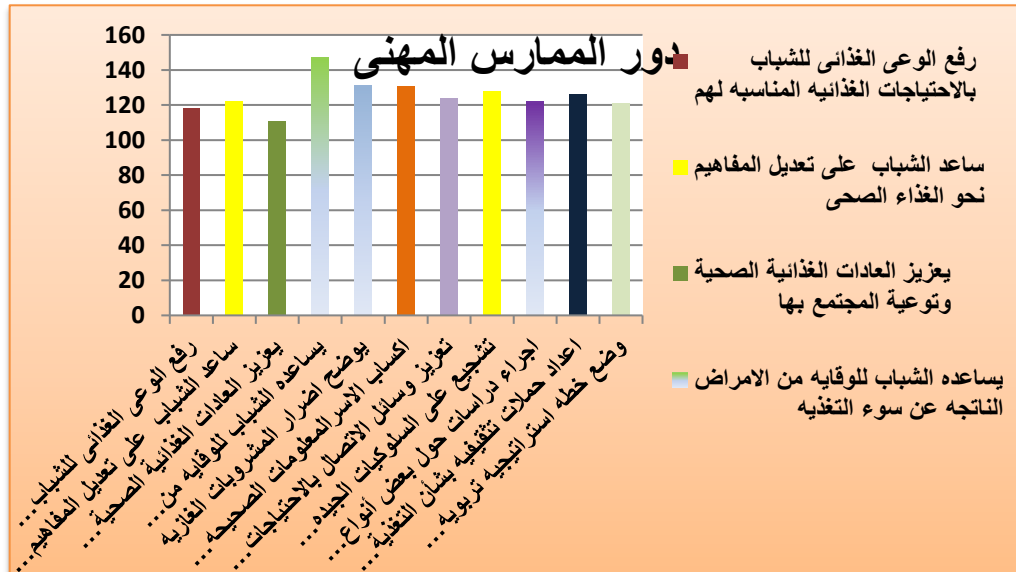
يتضح من الجدول السابق المشكلات الاجتماعية الناتجة من سوء التغذية التي تواجه الشباب التي ادت انجذاب الشباب نحو اعلانات الوجبات السريعه بنسبه (٢,٥٪) وجاءت فى المرتبه الاولى حيث نجد تساوى بين النسبه (٢,٤٪) تناول وجباتى دائما خارج المنزل وافضل الوجبات السريعه وايضا انشغل عن الغذاء بمهام اخرى حيث نجد تساوى بين النسبه (٢,٠٨٪) اهمال امي فى اعداد الوجبات فى اوقاتها وانشغل عن الغذاء بمهام اخرى وهذا يدل على ظروف الاقتصاديه التي تجعل الام منشغله بعملها دون التركيز او معرفه باهميه تناول الوجبات الغذائيه واعتماد الابناء على الوجبات الجاهزه وهذا ما اكدته دراسه نجلاء المسلمي (٢٠٠٠) إلى وجود فروق في العادات الغذائية وقيمة المنفق على الغذاء لاختلاف البيئة والمستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة والاعتماد على الوجبات الجاهزه وعدم الانتظام في تناول الوجبات واكدت ايضا دراسه هدفت دراسه (بشرى رافت خليل ٢٠٢١) تحديد مستوى وعى الشباب بمخاطر استهلاك الوجبات السريعه وتحديد الفروق الفرديه فى وعى الشباب بمخاطر استهلاك الوجبات السريعه بمحاورها الاقتصادية والاجتماعيه والصحيه

وهذا ما اكدته الكتابات النظرية ان الدعايه والاعلان تجعل الطالب يتناول التغذية الغير المفيده، يحاول التقرب الي أصدقائه وتقليدهم في السلوك كتناول المشروبات الغازية والوجبات السريعه المنخفضة في قيمتها الغذائية، حيث يقضي طالب الجامعة في هذه المرحله فترة كبيرة من يومه داخل الجامعة ويتميز الطعام، بانخفاض القيمة الغذائية وارتفاع السعرات الحرارية



جدول رقم (١١) يوضح دور الممارسه المهنيه في مواجهه الآثار السلبيه الناتجه عن سوء التغذيةه لدى الشباب الجامعى

م	العبارة	المجموع المرجح	المتوسط المرجح	الترتيب
١	رفع الوعى الغذائى للشباب بالاحتياجات الغذائيه المناسبه لهم	١١٨	٢,٦	٥ مكرر
٢	يساعد الشباب على تعديل المفاهيم نحو الغذاء الصحى	١٢٢	٢,٦	٥ مكرر
٣	يعزز العادات الغذائيه الصحيه وتوعيه المجتمع بها	١١١	٢,٤	٦
٤	يساعده الشباب للوقايه من الامراض الناتجه عن سوء التغذيةه	١٤٧	٣,١	١
٥	يوضح اضرار المشروبات الغازيه	١٣١	٢,٨	٣ مكرر
٦	اكساب الاسر المعلومات الصحيه عن نظام الغذائى السليم الملانم	١٣١	٢,٨	٣
٧	تعزير وسائل الاتصال بالاحتياجات الغذائيه المناسبه لمرحله الشباب	١٢٤	٢,٦	٥ مكرر
٨	تشجيع على السلوكيات الجيده للشباب عن طريق الوعى الصحى	١٣٨	٣	٢
٩	اجراء دراسات حول بعض أنواع الاغذيه التى لها تاثير سلبى النمو السليم	١٢٢	٢,٦	٥
١٠	اعداد حملات تثقيفيه بشأن التغذيةه عن طريق وسائل الاعلام	١٢٦	٢,٧	٤



يوضح الجدول السابق دور الممارسه المهنيه فى مواجهه الاثار السلبيه الناتجه عن سوء التغذية لدى الشباب الجامعى جاء بنسبه (٣,١٪) يساعد الشباب للوقايه من الامراض الناتجه وتوعيه المجتمع بها حيث جاءت فى المرتبه الاولى وجاء بنسبه (٣٪) تشجيع على السلوكيات الجيده للشباب عن طريق الوعى الصحى المرتبه الثانيه ونسبه (٢,٧٪) اعداد حملات تثقيفيه بشأن التغذية عن طريق التغذية عن طريق وسائل الاعلام حيث جاءت بالمرتبه الثالثه وجاء ايضا بالتساوى بنسبه (٢,٨٪) توضيح اضرار المشروبات الغازيه وايضا اجراء الدراسات حول بعض انواع الاغذيه التى لها تاثير سلبي النمو السليم حيث جاءت فى المرتبه الرابعه اكساب الاسر المعلومات الصحيه عن الانظمه الغذائيه الصحيه وجاء بالتساوى بنسبه (٢,٦٪)

حيث جاءت فى المرتبه الخامسه وهذا يدل على ان للممارسه المهنيه دور كبير فى مساعده الشباب فى تنميه وعيهم للتعرف على المعلومات الصحيه عن الغذاء الصحى وتعديل العادات السلبيه التى تاثروا بها من خلال تمكينه من تحديد المشكلات التى تاثربا الشباب رفع الوعى الغذائى للشباب بالاحتياجات الغذائيه المناسبه لهم الصحى وايضا دوره كمخطط فى وضع الخطه الاستراتيجيه التربويه بالغذاء الصحى وايضا جاء فى المرتبه السادسه يعزز العادات الغذائيه الصحيه وتوعيه المجتمع بها دراسه احمد ذكى محمد (٢٠١٥) ان للممارسه المهنيه اثر فى تحقيق المسانده الاجتماعيه لمرضى عمليات تكميم المعده نتيجه لعدم الوعى الصحى بالتغذيه المناسبه ومدى الاثار النفسيه والجسديه نتيجه لاجراء هذه العمليات نتيجه لسوء التغذية التى تؤدى الى زياده الوزن

ثانى عشر :- نتائج العامه للدراسه

ان للممارسه المهنيه فى الخدمه الاجتماعيه دور كبير فى مواجهه الاثار الناتجه عن سوء التغذية وذلك من خلال محورين
الاول:- محور الشباب عن طريق :-

- ١- مساعده الشباب تعديل العادات السلبيه فى استخدام الانظمه الغذائيه الغير صحيه
 - ٢- توعيتهم للوقايه من الامراض الناتجه من الاغذيه الضاره ومدى تاثيرها عليهم
 - ٣- تنظيم ندوات ومبادرات لتوعيه الشباب باهميه الغذاء الصحى المناسب
 - ٤- قيام الممارس المهنى باعداد برامج تدريبيه واستخدام الفيديوهات والملصقات ووسائل الاعلام لانها اكثر الوسائل جذب لانتباه الشباب لتغذيتهم بالمعلومات الثقافيه عن الغذاء الصحى المناسب للمرحله السنيه
 - ٥- تنظيم الممارس المهنى للزيارات ميدانيه لبعض المؤسسات التغذيه الصحيه للاستفاده من تجاربهم وخبراتهم ونقلها الى الشباب لتوعيتهم بمخاطر التغذيه الغير صحيه
 - ٦- اعداد الممارس المهنى قاعده بيانات عن الانظمه الغذائيه الصحيه ودعم الشباب بها
 - ٧- قيام الاخصائى الاجتماعى من خلال تواصله بوسائل الاعلام المختلفه بتقديم ماده اعلاميه جيده عن الغذاء والتغذيه الصحيه لهذه المرحله السنيه ومدى خطوره الاغذيه الغير صحيه على الشباب والاثار التى تنج عنها من مشكلات صحيه وجسديه ونفسيه واجتماعيه
- المحور الثانى :- وهو المجتمع ومدى تاثيره على الشباب
- ١- اهتمام الممارس المهنى بالتواصل مع المجتمع الخارجى من مؤسسات الصحيه للتعرف على اهم اساليب الوقايه المناسبه لسوء التغذية وجمع البيانات والمعلومات عنها

٢- تواصل الممارس المهني مع وسائل الاعلام المختلفه على نشر المعلومات الصحيه عن الاطعمه الغذائيه المناسبه للشباب لاتجذاب الشباب للوسائل الاعلام سواء كانت مرنيه او سمعيه

٣- تواصل الممارس المهني مع مسؤولين من منظمات الصحة العالميه التي تساهم في توعيه الشباب عن طريق الندوات او ورش العمل او المبادرات والبرامج المؤهله للشباب اعدادهم صحيا ونفسيا واجتماعيا وجسديا

احدى عشر : التصور المقترح

تصور مقترح لاهم ادوار الممارس المهني في مواجهه الاثار السلبيه للغذاء

التصور المقترح	اليات التنفيذ
١-الاسس التي تقوم عليها التصور لادوار لممارس المهني	تعتمد الاسس التي تقوم عليها التصور المقترح لادوار الممارس المهني ١-تحليل نتائج الدراسه السابقه والتي استعانت بها الباحثه في تحديد مشكله البحث ٢- ما توصلت اليه نتائج الدراسه الحاليه ٣- الاطار النظري للخدمه الاجتماعيه بصفه عامه والممارس المعنى بصفه خاصه
٢-اهداف التصور لدور الممارس المهني المقترح	١- اجراء دراسات في الاثار الناتجه عن سوء التغذيه ٢- اجراء برامج تثقيفيه عن الغذاء الصحى تبعاً لمنظمه الصحة العالميه ٣- وضع خطه استراتيجيه تربويه في المناهج الدراسيه لتوعيه الشباب
٣-الاستراتيجيات التي يعتمد عليها التصور المقترح	١- التوجيه والارشاد:-لكافه الاثار السلبيه منسوء التغذيه وكيفيه توجيه الشباب وارشادهم للتغذيه الصحيه المناسبه للمرحله العمريه وايضا التوجيه والارشاده لكافه افراد الاسره ودعمهم بالمعلومات عن التغذيه الصحيه السليمه ٢- استراتيجيه الاقتناع:- من خلال تغيير العادات السلوكيه الخاطئه في تناول الوجبات الجاهزه وتوفير الاطعمه الصحيه بانتظام ٣- استراتيجيه التفاوض :- وذلك من خلال التحدث مع ذوى الخبره من المتخصصين لدعم الشباب بالتوعيه الوقائيه من الاضرار الناتجه من الغذاء الغير صحى ٤- تعزيز وسائل الاتصال لتوفير الماده العلميه المناسبه في المرحله العمريه للشباب لتعديل العادات الغذائيه المعتاد عليها وتوضيح اضرارها
٤-التكنيكات التي يعتمد عليها التصور المقترح للدراسه	هى مجموعه الادوات المستخدمه بواسطه الممارس المهني لتطبيق مؤشرات الدراسه ١- تعزيز وسائل الاتصال لمساعدته الشباب فى تجنب الطعام الغير صحى ٢- مقابله المتخصصين فى التغذيه لافاده الشباب بالبرامج الغذائيه المناسبه لهم ٣- المناقشات التفاعليه سواء ندوات او ورش عمل بين

الممارس والشباب للتعرف على اسباب انجذابهم لهذه الاطعمة ٤- المبادرات التوعويه ومشاركه الشباب	
مهاره الاتصال – مهاره الانصات الجيد – مهاره المناقشه والحوار – مهاره الملاحظه	المهارات المهنيه التى يعتمد عليها التصور المقترح للدراسه
١- دور المساعد:- من خلال هذا الدور يمكن مساعده الشباب واسرهم للتعرف على الاثار السلبيه الناتجه من الغذاء الغير صحى واهم البرامج الوقائيه للغذاء الصحى السليم ٢- دوره كمكن :- من خلال هذا الدور يمكن تحديد المشكلات الناتجه من الغذاء وتمكين الاسره والشباب والمجتمع الوصول للخدمات المناسبه للتصدى لاثار الناتجه من الغذاء الغير صحى ٣- دوره كمنسق:- من خلال هذا الدور يبين الجهات المعنيه بالغذاء لتقديم الخدمات المناسبه لمرحله الشباب من الاطعمه المناسبه ٤- دور القائد:- لتوجيه المجتمع من خلال مهارات وخبراته لتحقيق المؤشرات ٥- دوره كمعالج:- لبعض مشكلات التى تنتج عن سوء التغذيه وذات الصله بالشباب ٦- دوره كخبير :- تقديم المعلومات والحقائق لمواجهه الاثار السلبيه الناتجه من سوء الغذاء	الادوار المهنيه التى يعتمد عليها التصور المقترح للدراسه
من خلال الشباب:- ١- مساعده الشباب فى تغير المفاهيم الخاطئه عن الغذاء ٢- مساعده افراد المجتمع من اسر وافراد لاكسابهم المعارف والخبرات اللازمه لبرامج الغذاء المناسبه وكيفية التعامل معها ٣- وضع استراتيجيه تثقيفيه وتربويه داخل المود الدراسيه للشباب الجامعى ٤- توفير المراكز المتخصصه لحروب الغذاء والحفاظ على صحه المواطنين وتوعيتهم من خلال المجتمع:- ١- نشر الوعى بالاثار الضاره الناتجه عن سوء التغذيه من خلال ندوات ولقاءات ومبادرات ينفذها الممارس العام ٢- معالجه العادات والسلوكيات الخاطئه التى يتبعها الشباب ٣- استخدام اسلوب الاقتناع والتوجيه للتعرف على الامراض الناتجه من سوء الغذاء ٤- مساعده الشباب للاستفاده من الامكانيات والموارد المتاحة فى المجتمع	اليات تنفيذ التصور المقترح لادوار الممارس المهنى

المراجع المستخدمة:

- ١- عبيد، آيات ابراهيم الدسوقي (٢٠١٢): تأثير برنامج غذائي تثقيفي على المعلومات والاتجاهات الغذائية لطالبات المدارس الثانوية بمحافظة المنوفية، رسالة ماجستير، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية
- ٢- المحمدى، محمد بن المحمدى (٢٠١٩): العادات الغذائية الصحية والغير صحية لدى الشباب السعودى، جامعه طيبة. قسم التربية البدنيه . كلية التربية
- ٣- توفيق، محمد نجيب (١٩٨٨):- الخدمه الاجتماعيه في مجال رعايه الشباب , القاهره , مكتبة الانجلو المصريه.
- ٤- المصري، خضر المصري (٢٠٠٧) :- عادات التغذية والارشاد التغذوى في المجتمع , المملكة الاردنيه الهاشيميه عمان , دار حنين
- ٥- عبد القوى، حمد حسن (٢٠١٠):- التغذية السريعه ومرض السمنه , رساله ماجستير , جامعه قناه السويس , كلية السياحه والفنادق
- ٦- ممتاز، شيماء شلبى (٢٠١١):- دراسه الوعى الغذائى وتأثيره على الحاله الغذائيه لدى طالبات جامعه كفر الشيخ , رساله ماجستير (غير منشوره) , كلية التربية النوعيه, جامعه المنصوره
- ٧- عويضة، عصام حسن حسن (٢٠١٢):- اساسيات التغذية الانسان , متبه العنبيكان , الرياض , السعوديه , ط٤
- ٨- على، ماهر أبو المعاطى (٢٠٠٩) :- الممارسه العامه للخدمه الاجتماعيه أسس-نظريات، القاهرة، نور الايمان ، ط٢
- ٩- على، نادر عبد ال ارزق (٢٠١٨): تقييم واقع الممارسه العامه للخدمه الاجتماعيه فى المجال الطبى : دراسة تقييمية مطبقة علنا لاختصاصيات والاختصاصيين الاجتماعيين فى المستشفيات ومراكز الرعاية الصحية الاولى بمدينة مكة المكرمة، بحث منشور فى مجلة الخدمة الاجتماعيه الصادره عن الجمعية المصريه الاجتماعيين ، عدد ٥٩ ، ج٧
- ١٠- ابو النيل، مرفت احمد (٢٠١٨) :- رؤيه مستقبليه لادوار الممارس العام فى الخدمه الاجتماعيه لتطوير اليات الحمايه الاجتماعيه لمتحدى الاعاقه، بحث منشور بمجله الخدمه الاجتماعيه , جامعه حلوان
- ١١- منظمه الصحة العالميه (٢٠٢١):- الصندوق الدولى للتنميه والزراعه (حاله الامن الغذائى والتغذيه فى العالم),
- ١٢- الغزالى، فوزيه محمد مرسى (٢٠١٩):- فاعليه برنامج مقترح فى تنميه الوعى الغذائى المعرفى لطالبات كلية التربية النوعيه, جامعه المنيا, المجلد الخامس , العدد الرابع والعشرون , سبتمبر
- ١٣- عثمان، عبد الرحمن صوفى (١٩٩٩):- مشكلات تخطيط برامج رعايه الشباب , مجله دراسات الدراسات الخدمه الاجتماعيه والعلوم الانسانيه , جامعه حلوان , العدد السادس,
- ١٤- زيدان , داليا عاطف (٢٠٠٢) :- تأثير الوجبات السريعه على الحاله الغذائيه لطلبيه وطالبات المرحله الجامعيه, رساله ماجستير غير منشوره , كلية التربية النوعيه , جامعه عين شمس
- ١٥- الشامى، رحاب عبد المعز (٢٠١٥):- برنامج مقترح لرفع مستوى الوعى الغذائى لطالبات جامعه المنوفيه المقيمت بالمدينه الجامعيه , رساله ماجستير غير منشوره, قسم الاقتصاد المنزلى , جامعه المنوفيه.

- ١٦- المسلمي، نجلاء (٢٠٠٠): دراسة الارتباط بين العادات الغذائية للأسرة المصرية والإنفاق على بند الغذاء، رسالة ماجستير، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية (١٣)
- ١٧- الريف والحضر، رسالة ماجستير، كلية الاقتصاد المنزلي-جامعة المنوفية(١٢).
- ١٨- عبد اللطيف، أميرة عبد اللطيف عبد العظيم:- تأثير البرنامج على المعلومات والممارسات الغذائية للطالبات المراهقات المصابات بالانيميا نقص الحديد ، رساله ماجستير , جامعه المنوفيه, ٢٠٠٢
- ١٩- خليل، بشرى رافت (٢٠٢١):- فاعليه برنامج ارشادى للحد من مخاطر استهلاك الوجبات السريعه لدى الشباب الجامعى , رساله ماجستير(غير منشوره), جامعه الزقازيق, كليه التربيه (قسم اقتصاد) جامعه حلوان,
- ٢٠- عثمان , سهام عبد الحليم محمد (٢٠١٨) :-تأثير برنامج ترويحى رياضى على انقاص الوزن ومستويات القلق للمتردات على الانديه الصحيه, رساله ماجستير (غير منشوره) , كليه التربيه الرياضيه , جامعه بورسعيد
- ٢١- حسنين , بدرية محمد (٢٠٠٣) :- برنامج في الثقافه الغذائيه قائم علي أسلوب التكامل وأثره في تنمية التحصيل المعرفي والوعي الغذائى لدي طالب الفرقة الرابعة بالشعب الادبيه بكلية التربية سوهاج, الجمعية المصرية للتربية العملية، العدد الاول المجلد السادس
- 22- Banik, R.; Naher, S.; M(2020)Pervez, S. and Hossain. Fast food consumption and obesity among urban college going adolescents in Bangladesh: A cross-sectional study. Obesit Medicine,.
- ٢٣- جمعه , ولاء فتحى على على (٢٠٢١) :- مشكلات اسر شباب مرضى سرطان الدم برنامج مقترح من منظور الممارسه العامه في الخدمه الاجتماعيه للتخفيف منها , رساله ماجستير , غير منشوره , جامعه حلوان
- ٢٤- الهدايبه , ثريا بنت خميس بن هلال (٢٠١٦) :- العوامل الاجتماعيه وعلاقتها بامراض الجهاز التنفسى ودور الاخصائى الاجتماعى الطبى فى التعامل معها , رساله ماجستير , كليه الاداب والعلوم الاجتماعيه, جامعه السلطان قابوس
- ٢٥- محمد, احمد ذكى (٢٠١٥) :- التدخل المهنى من منظور الممارسه العامه للخدمه الاجتماعيه لتحقيق المسانده الاجتماعيه لمرضى عمليات تكميم المعده , مصر , بحث منشور مجله الاخصائين الاجتماعيين , الجمعيه المصريه للاخصائين الاجتماعيين , عدد ٥٤
- ٢٦- مرياح , فاطمة الزهراء مرياح (٢٠١٢):-التوازن الغذائى وعلاقته بقدرة المتدربين على التركيز, جاهمة وهران ,مجلة التنمية البشرية ,الجزائر
- ٢٧- الدسوقي, ولاء ابراهيم (٢٠١٩):-استخدام- التنقيف الغذائى في تحسين الحالة الغذائيه للاطفال في مؤسسات الايتام بمحافظه المنوفيه, رسالة ماجستير ,دراسة غير منشورة ,كليةالاقتصاد المنزلي ,جامعة المنوفية
- ٢٨- عبد اللطيف,رشاد احمد (٢٠٠٧):-الممارسه المهنيه في الخدمه الاجتماعيه في منظمات المجتمع المدنى, طه, دار الوفاء, دنيا للطباعة والنشر, ص٨-١٠
- 29- Friedman SY rtem the arin Bram dell the ary and practice in dominical social work N.Y. tree press, 1997,P514
- ٣٠- صيام,شحاته (٢٠٠):- علم الاجتماع الريفى والحضرى, كليه الخدمه الاجتماعيه, الفيوم, ص١٥

٣١- ابو النيل ,مرفت احمد (٢٠١٢):-متطلبات التكامل بين الجمعيات الاهليه فى التعامل مع المعاقين من منظور الممارسه العامه,المؤتمر العلمى الدولى الخامس والعشرون, للخدمة الاجتماعيه,(الخدمه الاجتماعيه فى ظل الدوله المدينه الحديثه),من ٧-٨ مارس , جامعه حلوان,

٣٢- عبد المجيد ,هشام سيد واخرون (٢٠٠٨):- المدخل الى الممارسه العامه فى الخدمه الاجتماعيه , القايره , دار المهندس للطباعه ,ص

٣٣- شحاته ,جمال حبيب (٢٠١٠):- قضايا وبحوث الى الممارسه العامه فى الخدمه الاجتماعيه,الاسكندريه , المكتب الجامعى الحديث ,ص

٣٤- السنهورى ,احمد محمد (٢٠٠٧) :- موسوعه منهج الممارسه العامه المتقدمه للخدمه الاجتماعيه وتحديات القرن الواحد والعشرين الميلادى, القايره ,دار النهضه العربيه,ج ٣ ط ٦

٣٥- عبد اللطيف ,رشاد احمد (١٩٩٧) :- تنميه الاتصال الاجتماعى , القايره , كليه الخدمه الاجتماعيه . جامعه حلوان

٣٦- بركات,وجدى محمد (٢٠٠٥):-تفعيل الجمعيات الخيريہ التطوعيه في ضوء سياسات الاصلاح فى المجتمع العربى المعاصر,كلية الخدمه الاجتماعيه, جامعه حلوان,المؤتمر العلمى الثامن عشر , الفتره من ١٦-١٧

٣٧- عبد الباقي,زيدان (١٩٩٧):- وسائل واساليب الاتصال فى المجالات الاجتماعيه والتربويه والاداريه والاعلاميه , القايره ,مكتبه النهضه المصريه, ط ٢

٣٨- عصام حسن حسين عويضة(٢٠١٢):- اساسيات تغذيه الانسان,السعوديه , الرياض, مكتبه عبيكان,ط ٤,

٣٩- صبحى,عفاف حسين (٢٠٠٤) :- التربه الغذائيه الصحيه, مجموعه النيل العربيه بمصر, مكتبه نهضه مصر ,

٤٠- الحداد ,نرمين عزت (٢٠١٧):- فاعليه برنامج ارشادى لتنميه الوعى الغذائى لدى طالب كليه التربيه النوعيه , رساله ماجستير دراسه غير منشوره,جامعه كفر الشيخ

٤١- على,ماهر أبو المعاطي (٢٠٠٠) : مداخل الممارسه العامه للخدمة الاجتماعيه للتعامل مع المشكلات والظواهر الاجتماعيه, ورقة عمل مقدمة بالمؤتمر العلمى الثالث عشر, كلية الخدمة الاجتماعيه, جامعه حلوان

٤٢- حبيب,جمال شحاته (٢٠٠٩):- الممارسه العامه منظور حديث في الخدمة الاجتماعيه,الاسكندريه, المكتب الجامعى الحديث

43- Pamela's, London):P(1995) Generalist and advanced Generalist -practice, (Encyclopedia of Social work, 19th Edition, N.A.S.W,

44- David S. Derezote): P(2000)Advanced Generalist Social Work – Practice, London, Sage Publications Inc: 5.

45- Robert L. Barker:P(1999)The Social Work Dictionary , 4 th ed - Washington, NASW Press , 1999

٤٦- السنهورى,أحمد محمد (٢٠٠٢):- الممارسه العامه المتقدمة للخدمة الاجتماعيه وتحديات القرن الحادي والعشرين, الجزء الأول, ت ٤ , القايره , دار النهضه العربيه,

٤٧- شكرى وعبد المقصود,جمال واحمد عبد المقصود(٢٠١٥):- مهارات الممارسه المهنيه للاخصائى الاجتماعى (في ضوء الميثاق الاخلاقى للعمل المهني),المكتب الجامعى الحديث

- ٤٨- مجمع اللغة العربية:- المعجم الوجيز , القاهرة, الهيئة, العامه لشؤون المطابع الاميريه, دار المعرفة الجامعيه
- ٤٩- البعلكي, منير ا (١٩٩٥):- قاموس المورد , بيروت , دار العلم للملايين
- ٥٠- على, ماهر ابو المعاطي واخرون(٢٠٠١) :- الممارسه العامه في الخدمة الاجتماعيه في مجال التعليمى ورعايه الشباب, مركز نشر وتوزيع الكتاب الجامعى
- ٥١- عثمان , عبد الفتاح(٢٠٠٠):- المدارس المعاصره فى خدمه الفرد نحو نظريه جديده للمجتمع, ج(٢) القاهرة , مكتبه الانجلو المصريه, ط٣
- ٥٢- الصديقى, سلوى عثمان , عبد السلام , هناء فايز(٢٠١٢):- خدمه الفرد(مداخل – نظريات , الاسكندريه , المكتب الجامعى الحديث