

# Spis treści

Wstęp .....	7
1. Postawy żywieniowe w perspektywie interdyscyplinarnej .....	13
1. Analiza konstruktów postaw żywieniowych w kontekście teorii postaw .....	15
2. Socjologiczne ujęcie postaw żywieniowych – preferencje żywieniowe i style odżywiania .....	27
3. Typy postaw żywieniowych – próba klasyfikacji z perspektywy pedagogicznej .....	31
2. Wybrane uwarunkowania postaw żywieniowych .....	45
1. Uwarunkowania biologiczne i zdrowotne sposobu odżywiania się .....	46
2. Socjodemograficzne i kulturowe uwarunkowania postaw żywieniowych .....	54
3. Funkcjonowanie rodziny jako czynnik postaw żywieniowych .....	66
4. Samoocena i samoskuteczność jako wyznaczniki postaw wobec odżywiania .....	72
5. Stres i radzenie sobie w kontekście sposobu odżywiania .....	76
6. Kompetencje społeczne a postawy żywieniowe – płaszczyzny powiązań .....	80
3. Edukacyjny kontekst postaw żywieniowych .....	84
1. Historyczne i kulturowo-społeczne aspekty edukacji żywieniowej .....	85
2. Psychologiczne podstawy kształtowania się postaw żywieniowych .....	87
3. Edukacja żywieniowa jako element edukacji zdrowotnej .....	90
4. Edukacja żywieniowa w szkole jako warunek prawidłowych postaw i nawyków związanych z jedzeniem .....	94
5. Nauczyciel i jego sposób odżywiania – znaczenie modelowania postaw żywieniowych w edukacji szkolnej .....	99
6. Odżywianie a rozwój poznawczy i funkcjonowanie szkolne .....	101
7. Wpływ społeczny grupy rówieśniczej oraz mediów w kontekście edukacji żywieniowej .....	103
4. Metodologiczne podstawy badań .....	110
1. Paradygmat badawczy .....	110
2. Teoretyczny model postaw żywieniowych .....	112
3. Przedmiot i problematyka badań własnych .....	117
4. Zmienne badawcze i ich wskaźniki .....	124
5. Metoda badań i narzędzia badawcze .....	129
6. Organizacja badań i charakterystyka grupy badanych .....	144

5. Analiza postaw żywieniowych badanych osób .....	150
1. Typy postaw żywieniowych badanych studentów kierunków nauczycielskich	150
2. Wewnętrzna struktura postaw żywieniowych badanych studentów .....	152
3. Zróżnicowanie typów postaw żywieniowych studentów kierunków nauczycielskich z uwzględnieniem zmiennych socjodemograficznych i zdrowotnych	157
4. Podsumowanie .....	165
6. Psychospołeczne korelaty postaw żywieniowych badanych studentów kierunków nauczycielskich .....	167
1. Postawy żywieniowe a funkcjonowanie rodziny badanych studentów .....	168
2. Postawy żywieniowe a samoocena globalna badanych studentów .....	177
3. Postawy żywieniowe a sposoby radzenia sobie ze stresem studentów kierunków nauczycielskich .....	179
4. Postawy żywieniowe a kompetencje społeczne badanych studentów .....	185
5. Podsumowanie .....	189
7. Predyktory postaw żywieniowych badanych studentów – wyniki analizy regresji	190
1. Modele wyjaśniające typy postaw żywieniowych w grupie badanych studentów .....	191
2. Predyktory postaw żywieniowych badanych studentek i studentów .....	196
3. Podsumowanie .....	203
8. Profile postaw żywieniowych osób badanych – wyniki analizy skupień .....	205
1. Profile wyodrębnione na podstawie powiązań między typami postaw żywieniowych badanych studentów .....	206
2. Socjodemograficzne i zdrowotne różnice w profilach postaw żywieniowych studentów kierunków nauczycielskich .....	209
3. Psychospołeczne korelaty profili postaw żywieniowych badanych studentów kierunków nauczycielskich .....	213
4. Podsumowanie .....	216
9. Dyskusja wyników .....	218
1. Struktura postaw żywieniowych badanych studentów .....	218
2. Zróżnicowanie postaw żywieniowych względem zmiennych socjodemograficznych i zdrowotnych .....	220
3. Korelaty postaw żywieniowych studentów kierunków nauczycielskich .....	221
4. Predyktory typów postaw żywieniowych studentów kierunków nauczycielskich .....	228
5. Profile postaw żywieniowych badanych studentów .....	233
6. Podsumowanie .....	235
Zakończenie .....	238
Literatura .....	246
Skala Postaw Żywieniowych .....	269
Spis tabel i rysunków .....	273