

الوعي الغذائي ومصادر الحصول على المعلومة لدى عينة من طلبة جامعة البلقاء التطبيقية

هيثم محمد النادر*

ملخص

هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى الوعي الغذائي ومصادر الحصول على المعلومات لدى عينة من طلبة جامعة البلقاء التطبيقية، إضافة إلى تحديد الفروق في مستوى الوعي الغذائي تبعاً لمتغيرات (السنة الدراسية، والجنس، ونوع الكلية)، إضافة لتحديد أكثر مصادر المعلومات تأثيراً في نشر الثقافة الغذائية، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (200) طالب وطالبة بواقع (92) طالباً و(108) طالبة من طلاب جامعة البلقاء، طبقت عليها استبانة قياس الوعي الغذائي التي تكونت من (38) فقرة، واستبانة مصادر الحصول على المعلومات تتكون من (6) فقرات، واستخدم الباحث لمعالجة البيانات الرزمة الأحصائية spss ممثلة، بالنسب المئوية، المتوسطات الحسابية، والانحراف المعياري، وتحليل التباين الأحادي، واختبار ت للعينات المستقلة، واختبار شيفيه ومعامل ارتباط كرونباخ الفا. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الوعي الغذائي العام لدى أفراد العينة كان مرتفعاً، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الثقافة الغذائية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، أما بالنسبة للسنة الدراسية كان لصالح طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثالثة، وعدم وجود دلالة إحصائية لمتغير نوع الكلية، كما أظهرت النتائج أن الإنترنت الأكثر تأثيراً في الحصول على المعلومة وفق رأي أفراد العينة. وأوصى الباحث توصيات عديدة من أهمها: ضرورة الاهتمام بوسائل التنقيف العامة من وسائل إعلامية ومحاضرات وندوات لنشر الثقافة الغذائية وخاصة للطلبات، وتزويد الطلبة بالقدر الكافي بأسس التغذية الصحيحة، ومعرفة أهمية العناصر الغذائية المختلفة للوقاية من سوء التغذية والأمراض المختلفة.

الكلمات الدالة: الوعي الغذائي، طلبة جامعة البلقاء التطبيقية، مصادر المعلومات.

المقدمة

إن التغذية الجيدة هي العامل الأساسي في النمو وحفظ الحياة ولها تأثير مباشر على حيوية الفرد واستقراره النفسي وسلامة تفكيره وقدرته على العمل والإنتاج، إن توعية الأفراد بالمعلومات الأساسية عن القيمة الغذائية للأطعمة وإحتياجات فئات المجتمع المختلفة من تلك الأطعمة وكيفية توفيرها يعتبر ذا أهمية بالغة لما للغذاء من تأثير مباشر على نمو وصحة الجسم وقدرته على مقاومة الأمراض، إن انخفاض مستوى الوعي الغذائي بأسس التغذية السليمة يزيد من أمراض سوء التغذية ويرفع معدلات الوفيات وهذا ما أثبتته الكثير من الدراسات حيث وصل الكثير منها إلى أن حالات سوء التغذية ترجع إلى الجهل بأصول التغذية الصحيحة حتى في أكثر البلدان تقدماً.

إن الغذاء الكامل هو الذي يحتوي على جميع العناصر الغذائية اللازمة للجسم ويحتاجها في أداء وظائفه، أما الغذاء المتوازن فهو الذي يحتوي على الكميات التي يحتاجها جسم الإنسان من العناصر بصورة متوازنة وميسرة للجسم للإستفادة منها، بينما سوء التغذية يسببها نقص عنصر أو أكثر من تلك العناصر الأساسية في الغذاء، والتغذية المناسبة هي من أهم القواعد الأساسية للصحة العامة، حيث نجد أن حالات سوء التغذية ونقصها من الأسباب المباشرة لوفاة الأفراد، كما أنها تعتبر من الأسباب لضعف الصحة في الدول النامية، (حداد، 2000)، (المراسي، 2010).

إن أنتشار الكثير من الأمراض لا ترجع إلى نقص أو زيادة الموارد المالية فقط وإنما ترجع أيضاً إلى انخفاض مستوى الوعي الغذائي والمعلومات الغذائية لدى الأفراد بالإضافة إلى ممارسات غذائية غير صحيحة مثل الجهل بأساسيات الغذاء المناسب والإعتقادات الخاطئة التي يتعامل معها الأجيال، (ابراهيم المهيزع، 1998) (مهنا، 1990)، (إيمان، ميسون، 2003)، (محمد، 1998)، (Paulus et al., 2001) (Sampson et al., 1995).

* قسم العلوم الأساسية، كلية السلط، جامعة البلقاء التطبيقية، الأردن. تاريخ استلام البحث 2016/8/31، وتاريخ قبوله 2016/10/18.

يعد مرض السمنة من أكثر أمراض التغذية انتشارا وخطورة وتأثيراً على أي مجتمع، وقد نشرت منظمة الصحة العالمية في تقرير لها صدر عام 1997 في جنيف أن السمنة وزيادة الوزن من أخطر المشاكل الصحية التي تؤرق دول العالم أجمع وإذا لم تتكاتف الهيئات العلمية والحكومة للتغلب عليها فإنها سوف تصبح عامل خطير للإصابة ببعض الأمراض المزمنة والخطيرة. ولقد صنفت هيئة خبراء منظمة الصحة العالمية السمنة على أنها مرض في حد ذاتها كما أنها السبب في العديد من الأمراض مثل البول السكري وأمراض القلب والذبحة الصدرية وتزيد من مخاطر السرطان وأمراض الصفراء والأمراض العصبية والنفسية وكذلك مشاكل الجهاز التنفسي.

ولقد أوضح التقرير أن السمنة من المشاكل الصحية المنتشرة في الدول المتقدمة ولكن معدل الإصابة يزداد بسرعة كبيرة في الدول النامية، ولقد قدرت المنظمة أن معدل الإصابة في أوروبا يتراوح ما بين 10 إلى 25% وفي بعض دول أمريكا الجنوبية يصل إلى 20 إلى 25% بين البالغين من الذكور وتصل إلى 40% بين السيدات في أوروبا الشرقية وحوض البحر المتوسط ويزداد المعدل كثيرا في الولايات المتحدة الأمريكية (تغريد الهادي، 2003).

الدراسات السابقة العربية والأجنبية

لقد تناولت العديد من الدراسات الوعي الغذائي لأهميته ومن هذه الدراسات: دراسة (القدمي، 2009) هدفت الراسة الى قياس مستوى الوعي الغذائي لدى طلبة الرياضة في جامعة النجاح الوطنية وجامعة السلطان قابوس، توصلت الدراسة الى أن مستوى الوعي الغذائي العام جاء منخفضا، ولا توجد دلالة احصائية لمتغير الجنس والجامعة ومستويات الدراسة، ووجود فروق لصالح المعدل التراكمي الأعلى. دراسة (العلي وخويلة، 2007) هدفت الدراسة إلى قياس مستوى الوعي الغذائي لدى لاعبي منتخبات الرياضة في جامعة اليرموك، توصلت الدراسة الى عدم وجود أشرف طبي مباشر على الفرق، ونسبة عالية من اللاعبين يمارسون الرياضة ساعة واحدة من النشاط الرياضي. وفي دراسة (الحوري، 2001) هدفت الدراسة الى بناء مقياس للثقافة التغذوية والوعي الغذائي للرياضيين في جامعة ديالى، توصلت الدراسة الى ان مستوى الوعي الغذائي جاء منخفضا، ووجد دلالة احصائية بدرجة بسيطة لصالح الرياضيين. وفي دراسة (الهندي، 1995) هدفت الدراسة الى تقييم الوعي الغذائي لطالبات التربية النوعية توصلت الدراسة الى وجود علاقة إيجابية بين مستوى الوعي الغذائي والمستوى الدراسي حيث كان المستوى مقبول في السنة الأولى وجيد في السنة الثانية وجيد جداً في السنتين الثالثة والرابعة ووجود دلالة إحصائية لمتغير تعليم الأب والأم، والدخل الشهري. دراسة (ياسين، 1993) هدفت الدراسة الى تحديد مستوى الوعي الغذائي ومصادره لطالبات الجامعات في الرياض، توصلت الدراسة الى ان مستوى الوعي الغذائي للطالبات كان مقبول، وضعيف لدى طالبات تخصص جغرافيا، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية تبعا لمتغير كل من الكلية، الحالة البدنية، مؤهل الأب ولم يكن هناك فروق دالة احصائية لمتغير مؤهل الأم.

الدراسات الأجنبية

دراسة (Denny and Dunn, 2007) هدفت الدراسة مقارنة الوعي الغذائي وعلاقتة بالاتجاهات الغذائية لدى طلبة كلية الرياضة توصلت الدراسة الى انخفاض الوعي الغذائي والثقافة التغذوية، ووجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الأناث. دراسة (Brien, and Daries, 2007) هدفت الدراسة استقصاء العلاقة بين الوعي الغذائي ومؤشر كتلة الجسم، توصلت الدراسة الى عدم وجود دلالة احصائية بين الوعي الغذائي ومؤشر كتلة الجسم. وفي دراسة (Sakamaki, et, al, 2005) هدفت الدراسة تحديد المستوى الصحي والمعرفة الصحية والتغذوية والسلوك الغذائي لطلبة الجامعة في الصين، توصلت الدراسة ان مستوى السمنة منخفض، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير الجنس. وفي دراسة قام بها (Paulus et al., 2001) لتحليل العادات الغذائية للمراهقين أشارت النتائج إلى عدم تناول المراهقين الفاكهة والخضروات بنسبة 46%، 60% على التوالي، ومعظم المراهقين (72%) يتناولون ا فترة نشاط وفيها يمكن تغيير العادات الغذائية بسهولة وذلك إذا قدمت برامج تعليمية مناسبة ومقصودة في ضوء هذه الخصائص والدوافع التي تمكن الفرد من اتخاذ قرارات سليمة وحكيمة في أثناء اختياره للطعام المناسب، على الأقل منتجات الألبان يوميا، وأسفرت النتائج عن استهلاك كميات كبيرة من الشيكولاته والبطاطس المحمرة، وأشارت النتائج أيضا إلى أن ثلثي المراهقين (65%) تقريبا يتناولون الأغذية الدهنية التي تزيد عن

(35%).

دراسة (Samuelson, 2000) هدفت الدراسة التعرف على العادات الغذائية للمراهقين أشارت النتائج إلى أن العادات الغذائية عند المراهقات تميزت بعدم انتظام الوجبات، ومعظمهن يتجاهلن تناول وجبة الإفطار، وكذلك الوجبة المدرسية بينما معظمهن يتناولن وجبة العشاء، ومع ذلك فإن تناول الوجبات الخفيفة والسريعة كانت شائعة بين المراهقات، وتمثل 25% إلى 35% من الطاقة اليومية المتناولة، وكان تناول الكالسيوم مرتفعاً بينما تناول الألياف وفيتامين "د" والزنك والسلينيوم وكذلك الحديد كان منخفضاً عن الكميات الموصى بها، كما أكدت الدراسة على وجود انخفاض في المركبات المرتبطة بالحديد.

إن مصادر المعلومات أو وسائل الإعلام هي التكنولوجيا التي تقوم بمهمة النشر والإعلام في المجتمع، وهناك نوعين من وسائل الإعلام، الإعلام المطبوع والإعلام المرئي، وهناك المعلومات العلمية المختلفة نجدها في الكتب أو المراجع العلمية المختلفة مثل الصحف والجراند أو المجلات أما وسائل الإعلام المرئية والمسموعة هي القنوات الفضائية والإذاعات وجميعها مصادر للمعلومات يستقبل منها الطلبة الصناعية ومن الوسائل المرئية والمسموعة هي القنوات الفضائية والإذاعات وجميعها مصادر للمعلومات يستقبل منها الطلبة المعلومات الضرورية لتوظيفها في حياتهم العملية، لإحداث تغيير ملحوظ في الأنماط الاستهلاكية وتنمية الطلب على الغذاء المناسب لا بد أن تقوم وسائل الإعلام المختلفة، إلى توصيل المعلومات الغذائية الصحيحة ونشر التوعية الغذائية بين أفراد المجتمع.

ونظراً لأهمية الشباب في المجتمع وكون الطلبة الجامعيين هم عماد المجتمع للتقدم والإزدهار، كان من الضروري عند تخطيط برامج التنمية على المستوى القومي بالنسبة لمختلف المجالات الصحية والتعليمية والإنتاجية والاجتماعية أن يعطى موضوع التغذية الأهمية اللازمة حتى توتي برامج التنمية ثمارها. فكل جهد أو نفقات تصرف على المستوى الغذائي يحقق ولا شك عائداً كبيراً عن طريق رفع المستوى الصحي وتقليل نفقات العلاج وزيادة الاستفادة من التعليم وزيادة الإنتاج وبالتالي رفع المستوى الاقتصادي والاجتماعي للدولة لقد أصبح من الواجبات القومية للحكومات والهيئات النهوض بالحالة الغذائية للشعوب وتقديم الدول، للإنتاجية المنخفضة وانخفاض مستوى المعيشة وزيادة الإنفاق على الصحة والعناية الطبية والعائد القليل من استثمارات التعليم هي بعض ما تتكلفه الدول التي لا تهتم بتحسين الحالة الغذائية (ليلي، 2002)، (ظاهر، 2004).

أهمية الدراسة

تتبع أهمية هذا البحث من الأهمية التي يحتلها شريحة الشباب وخاصة طلبة الجامعة من أهم شرائح المجتمع وأكثرها وعياً وثقافة بوصفهم وسيلة التغيير والبناء والتقدم، لذا فإن رعايتهم أمر لا بد من منه شرط أن تشمل جميع جوانب حياتهم، منها الناحية الغذائية لمحاولة التعرف على الوعي الغذائي لهذه الشريحة في معرفة وفهم المعلومات الخاصة بالغذاء والتغذية الصحيحة، والقدرة على تطبيق هذه المعلومات في الحياة اليومية.

مشكلة الدراسة

من خلال عمل الباحث مدرس في الجامعة لاحظ أن المشكلات التغذوية الناشئة عن نقص استهلاك الغذاء أو عدم توازنه أو الإفراط فيه لها انعكاسات ملموسة تسفر عن ضعف صحة الفرد وزيادة احتمال انتشار أمراض نقص الحركة وارتفاع نسبة البدانة وحدوث الوفاة المبكرة، وأيضاً انخفاض إنتاجية الأمة وارتفاع تكاليف الرعاية الصحية التي توفرها الحكومات وهذه المعاناة والخسارة في الإمكانيات البشرية، الناجمة عن جميع أشكال قلة الوعي الغذائي، من هنا جاءت فكرة هذه الدراسة في تحسين عملية اختيار الطلبة الغذاء على أسس التغذية السليمة لكي يستمروا في إتباعها في المستقبل.

أهداف الدراسة

سعت الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية:

1. التعرف على مستوى الوعي الغذائي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية.
2. التعرف على الفروق في مستوى الوعي الغذائي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية تبعاً لمتغيرات (نوع الكلية، والجنس، والسنة الدراسية).
3. التعرف على أهم مصدر وأكثرها تأثيراً لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية من مصادر المعلومات المختلفة.

تساؤلات الدراسة

1. ما مستوى الوعي الغذائي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة أخصائية في مستوى الوعي الغذائي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية تبعاً لمتغيرات (نوع الكلية، والجنس، والسنة الدراسية).
3. ما أهم مصدر والأكثر تأثيراً لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية من مصادر المعلومات المختلفة؟

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة

تم استخدام المنهج الوصفي لملاءمت لأغراض الدراسة.

حدود الدراسة

- المحدد البشري: تكونت عينة الدراسة من طلبة جامعة البلقاء التطبيقية.
- المحدد الزمني: أجريت هذه الدراسة في الفصل الدراسي الصيفي من العام الجامعي 2016/2015.
- المحدد المكاني: جامعة البلقاء التطبيقية.

مصطلحات الدراسة

الوعي الغذائي

إمام الطلبة بالمعلومات والحقائق الغذائية والصحية وأيضاً إحساسهم بالمسؤولية نحو صحتهم، (سلامة، 2002). مصدر الحصول على المعلومات المرتبطة بالتربية التغذوية: وهي الوسائل التي تيسر نشر الوعي الغذائي وإيصال المفاهيم الغذائية لمختلف قطاعات أفراد المجتمع، ومنها الأذاعة، التلفزيون، المجالات والإعلانات التجارية، والإسرة، ومادة الإقتصاد المنزلي في مراحل التعليم العام، والكتب العلمية، والندوات والمحاضرات، والدورات التدريبية (إبراهيم الهزاع، 1998).

منهج الدراسة

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من طلبة جامعة البلقاء التطبيقية السنة الدراسية 2016/2015 المسجلين في مساق الرياضة والصحة للجميع للفصل الصيفي البالغ عددهم (327) طالب وطالبة. عينة الدراسة: أجريت الدراسة على عينة اختيرت بالطريقة العشوائية خلال الفصل الدراسي الصيفي من العام الجامعي 2016/2015، والبالغ عددهم (200) طالب وطالبة، بواقع (92) طالباً و(108) طالبة، والجدول (1) يبين وصف عينة الدراسة تبعاً لمتغيراتها المستقلة.

أداة الدراسة

لأغراض الدراسة قام الباحث باستخدام الجزء الخاص بقياس المعتقدات الغذائية من المقياس الذي أعده (رويدا، 2007) لقياس الوعي الغذائي، حيث أُنشئ هذا الجزء على (68) فقرة تمثل ممارسات سلوكية مرتبطة بالوعي الغذائي، تم عرض الأسئلة على لجنة من الأساتذة المحكمين من الجامعات الأردنية أتفقوا على إختيار (38) فقرة، تتوافق مع مجتمع الدراسة الحالي من حيث السهولة والوضوح في الفقرات يبين أسماءهم ورتبهم العلمية وأسماء الجامعات التي يعملون فيها، تكون سلم الاستجابة من ثلاث استجابات هي: درجة عالية (1)، درجة متوسطة (2)، ودرجة منخفضة (3)، وتم صياغة جميع الفقرات بصيغة تعبر عن معنى إيجابي لأنها تعبر عن مستوى المعتقدات الغذائية.

صدق الأداة

تعد الاستبانة وذلك بعد أن تم عرض الاستبانة على لجنة من الأساتذة المحكمين من الجامعات الأردنية أتفقوا على إختيار (38) فقرة، واستخدامها في دراسة سابقة، دراسة (رويدا، 2007).

الجدول (1)
توزيع أفراد عينة الدراسة

المجموع	التخصص		السنة الدراسية		
	كلية إنسانية	كلية علمية	الجنس		
23	5	18	ذكر	الجنس	سنة أولى
39	30	9	انثى		
62	35	27	Total		
3	3	0	ذكر	الجنس	سنة ثانية
3	3	0	انثى		
6	6	0	المجموع		
66	35	31	ذكر	الجنس	سنة ثالثة
69	45	24	انثى		
135	80	55		الجنس	المجموع
92	43	49	ذكر		
108	75	33	انثى		
200	118	82	المجموع		

ثبات الأداة

للتحقق من ثبات مقياس الدراسة قام الباحث باستخراج معامل الثبات كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) فقد وصل معامل الثبات للعينة ككل إلى (0.819) وهو عالي وفي لأغراض الدراسة، معادلة كرونباخ إلفا الجدول (2).

الجدول (2)

معامل كرونباخ إلفا

عدد الفقرات	معامل الثبات
38	.819

متغيرات الدراسة

المتغيرات المستقلة وتشتمل على:

- السنة الدراسية: أولى، وثانية، وثالثة.
- الجنس وله مستويان: ذكر، وأنثى.
- نوع الكلية: إنسانية، وعلمية.

المتغير التابع

ويتمثل في استجابة أفراد عينة الدراسة على أستبانة قياس الوعي الغذائي.

المعالجات الإحصائية

من أجل الإجابة عن تساؤلات الدراسة استخدم الباحثون برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية التالية.

1. إيجاد المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري والنسب المئوية لتحديد مستوى الثقافة الغذائية.
2. تم استخدام اختبار "ت" للفروق بين متوسطات الدرجة الكلية لمستوى الوعي تعزى للمتغيرات (الجنس، نوع الكلية).
3. تم استخدام التحليل الأحصائي بأتجاه واحد ONE WAY ANOVA لمتغير السنة الدراسية.
4. تم استخدام اختبار شيفيه لمعرفة الفروقات في اختبار التحليل باتجاه واحد.
5. تم استخدام معامل كرونباخ إلفا لإيجاد معامل الثبات.

مناقشة النتائج

لتفسير النتائج أعمد المتوسط الحسابي التنازلي وفق التدرج التالي:

1-1.66 منخفض.

1.67-2.33 متوسط .

2.34-3 مرتفع.

السؤال الأول: ما مستوى الوعي الغذائي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية؟

للإجابة عن التساؤل استخدمت المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لكل فقرة وللدرجة الكلية للوعي الصحي ونتائج الجدول

(3) تبين ذلك:

يبين الجدول (3) أن مستوى الثقافة الغذائية الكلي جاء بدرجة مرتفعة، حيث جاء المتوسط الحسابي (2,55) والانحراف المعياري (0,233) أي إن مستوى الوعي لدى طلبة في جامعة البلقاء التطبيقية كان مرتفعاً والسبب في ذلك وفق رأي الباحث يعود إلى أن الطالب الجامعي متقف صحياً وذلك من خلال دراسته للمسابقات ذات العلاقة مثل الرياضة والصحة، والصحة العامة، وبعض مواد الزراعة وكونه واع صحياً في الاستفادة من هذه المعلومات على شكل ممارسات سلوكية، إن الوعي الغذائي عبارة عن ترجمة المعارف والمعلومات والخبرات الصحيحة إلى انماط سلوكية والتي يمكن إنجازها بأي سلوك إيجابي له ردود ومؤثرات إيجابية على الصحة والقدرة على تطبيقها تختلف هذه النتيجة ودراسة كل (يس قنديل، 1990) و (Susan, B, 2001) (الكاشف والقدومي، 2009)، ومن خلال النظر ل فقرات الاستبانة تبين أن أعلى مستوى من الوعي عبارة "يعتبر زيت السمك من أهم المصادر الغنية باليود" جاءت بمتوسط حسابي (2,87) وبانحراف معياري (0,417). جاءت في المرتبة الأولى وفي رأي الباحث أن السبب إلى طبيعة العينة المستخدمة إن طلاب الجامعة بشكل عام متقفين ومطلعين ومن الجدير بذكره أن وسائل الإعلام المختلفة أسهمت في نشر الوعي الغذائي وأصبح هناك فكرة عامة لأهمية تناول السمك وعلى الأقل وجبة واحدة اسبوعياً وذلك لوجود فائدة صحية في هذا النوع من الغذاء لأحتوائه على عنصر الفسفور ونسبة عالية من الدهون المفيدة للجسم (HDL) حيث جاءت نتائج الدراسة الحالية على متفقة ودراسة كل من من نتائج دراسة القدومي (2005).

أما بالنسبة لأقل عبارة في الدراسة فهي عبارة "تزييف اللثة إشارة إلى نقص فيتامين ج" جاءت بمتوسط حسابي (1,99) وبانحراف معياري (0,885) جاءت في المرتبة الأخيرة وفي رأي الباحث جاءت هذه النتيجة يعود إلى قلة الاهتمام التربية والتعليم في المجال الصحي في سن مبكر سواء أكان ذلك على مستوى الأسرة أم المدارس وما تتضمنه المناهج الدراسية من جوانب أساسية في تنمية الوعي، حيث اتفقت نتائج الدراسة مع كل من صابريني وآخرون (1989)، والعلي (2001)، والطنطاوي (1997) وحمام (1996) التي أشارت نتائجها إلى عدم وجود مناهج تربوي مستقل لتدريس التربية الصحية في المدارس، ويتم تدريسها من خلال مواد مختلفة مثل العلوم والاحياء، وأوصت غالبية هذه الدراسات بضرورة إيجاد مناهج مستقل في المدارس من أجل إكساب الطلبة المعلومات والممارسات الصحية في سن مبكرة، وبالتالي تبنيها وممارستها لاحقاً لتصبح قيمة في داخله وتوجه سلوكه، واختلفت نتائج الدراسة ودراسة (القدومي، 2005).

السؤال الثاني:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الوعي الغذائي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية تبعاً لمتغيرات (نوع الكلية، الجنس، السنة الدراسية)؟ الجدول (4) يبين الفروقات المعنوية لمتغير الجنس والكلية.

يلاحظ من النتائج الواردة في الجدول (4) أعلاه، وجود فروقات دالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) تعزى للجنس ولصالح الذكور ويفسر الباحث هذه النتيجة ان طبيعة المجتمع في محافظة البلقاء تمنح الذكور حرية أكثر في نواحي الحياة المختلفة من الأناث، فنجد أن الشباب له مساحة حرية أكبر من الأناث في السفر والتنقل والأطلاع الثقافي العام من جميع النواحي الثقافية والإعلامية تتفق هذه النتيجة ودراسة كل من (Ulla. & S,2010 Díez) وقد اختلفت هذه النتيجة ودراسة (خطابية، 2003).

الجدول (3)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مستوى الثقافة الغذائية

رقم السؤال	الفقرة	الرتبة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
38	يعتبر زيت السمك من أهم المصادر الغنية باليود.	1	200	2.87	.417
37	يجب أن يتناول الشخص البالغ من 2-3 لتر من الماء يومياً.	2	200	2.83	.438
36	يوصى بتناول الخضروات من 3-5 مرات يومياً.	3	200	2.82	.509
6	الكالسيوم والفسفور عنصران لبناء العظام والأسنان.	4	200	2.81	.498
2	تعتبر البروتينات مصدر أساسي للطاقة.	5	200	2.79	.444
3	قلة التنوع في الأطعمة المتناولة في الوجبة تؤدي إلى النقص في العناصر الغذائية.	6	200	2.78	.510
31	كثرة تناول المخللات والمقبلات تؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم.	7	200	2.77	.535
18	ارتفاع الدخل والإعلانات التجارية وعمل المرأة جعلت المرأة تتجه للرضاعة الصناعية.	8	200	2.77	.540
13	نقص عنصر الكالسيوم يسبب هشاشة العظام.	9	200	2.75	.616
35	يفضل تناول الشاي بعد الأكل بساعتين على الأقل.	10	200	2.75	.491
34	إن التزود المنتظم بالكربوهيدرات ضروري لتحقيق أقصى مستويات الأداء الرياضي.	11	200	2.74	.558
20	عدم تناول وجبة الإفطار يمكن أن تكون له عواقب سيئة على السلوك الغذائي.	12	200	2.73	.528
30	كل جرام بروتين يعطي عند احتراقه 4 سعرات حرارية.	13	200	2.72	.611
5	من أهداف التنظيم الغذائي لمرضى السكر المحافظة على الوزن.	14	200	2.71	.517
22	الإكثار من التوابل يعطي مذاق أفضل للطعام.	15	200	2.67	.559
24	الفيتامينات مواد عضوية يحتاجها الجسم للنمو والتكاثر.	16	200	2.66	.628
1	من الوظائف الأساسية للطعام إشباع الجوع.	17	200	2.65	.509
25	يجب أن يأخذ الإنسان ثلثي إحتياجاته اليومية من الدهون من مصادر نباتية وثلث الباقي من مصادر حيوانية.	18	200	2.59	.675
32	إن انخفاض نسبة الألياف في الغذاء تؤدي إلى الإصابة بأمراض القولون.	19	200	2.56	.691
19	من فوائد الألياف تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب.	20	200	2.53	.763
15	الكسل والتعب والخمول وشحوب الوجه من أهم أعراض نقص الحديد.	21	200	2.52	.701
23	من المصادر الغذائية للفسفور للحوم بأنواعها.	22	200	2.52	.701
27	تعريض الطعام للحرارة يحفظه من الفساد السريع.	23	200	2.49	.601
14	من العوامل التي تعيق إمتصاص الحديد بالجسم تناول المنبهات.	24	200	2.45	.768
29	فيتامين ك هو الفيتامين المضاد للنزيف أو الفيتامين الهام لتجلط الدم.	25	200	2.45	.787
28	لبن الأم منخفض في محتواه من الحديد.	26	200	2.43	.646
33	البيض النيئ أسهل هضماً من البيض المطهي.	27	200	2.42	.760
26	من أهم وظائف فيتامين ب تكوين كرات الدم الحمراء وتصنيع الهيموجلوبين.	28	200	2.41	.738
16	تعتمد كفاءة إمتصاص الكالسيوم على وجود فيتامين ب.	29	200	2.39	.755
8	الخيز والحبوب ومنتجاتها مصادر جيدة للحديد.	30	200	2.38	.654
17	من فوائد الألياف تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب.	31	200	2.38	.741
4	لا يحتاج الإنسان إلى الطاقة في حالة الراحة والتوقف عن العمل.	32	200	2.36	.635
21	من وظائف فيتامين أ القدرة على الرؤيا في الضوء الخافت.	33	200	2.33	.777
10	كثرة تناول الماء تؤدي إلى إحتباس السوائل.	34	200	2.33	.575
9	الإفراط في تناول الملح يؤدي إلى السمنة.	35	200	2.30	.696
12	إن تناول وجبة الإفطار يعطي الجسم ثلث إحتياجاته اليومية.	36	200	2.22	.811
7	الخضروات الورقية مصدر غني بفيتامين ك.	37	200	2.12	.881
11	نزيف اللثة إشارة إلى نقص فيتامين ج.	38	200	1.99	.885
0,233	الكلي		200	2,55	

الجدول (4)

بين اختبار (ت) للعينات المستقلة لمعرفة الفروق الإحصائية لمتغير الجنس والكلية اختبار (ت) الاختبار العينات المستقلة

القيمة الاحتمالية	قيمة (ت) المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	النوع	
.016	2.441	.23452	2.5958	92	ذكور	الجنس
.016		.22660	2.5161	108	اناث	
.864	.24971	.171	2.5562	82	علمية	الكلية
.864		2.5504	.22193	118	أسنانية	

. ($\alpha \leq 0.05$)

كما ويلاحظ عدم وجود فروق دالة احصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) تعزى لنوع الكلية، يفسر الباحث ذلك الى طبيعة الحياة العامة في جامعة البلقاء وقلة عدد الطلبة الملحقين بالجامعة من اماكن بعيدة عن الجامعة وبالتالي معظم عينة الطلاب سكنهم مع اسرهم مما انعكس ايجابياً الاهتمام بالمستوى الصحي بشكل اكثر، إضافة لما سبق ذكره أن طلبة الكليات العلمية والإنسانية على حد سواء متقفين صحياً وذلك من خلال المواد المشتركة في الجامعة واكتسابهم للمعلومات من نفس الأساتذة ونفس المناهج، تتفق هذه النتيجة ودراسة (القدومي، 2009).

الجدول (5)

القيمة الاحتمالية	المتوسط الحسابي	السنة الدراسية	السنة الدراسية
.03034	.08099*	سنة ثانية	سنة أولى
.02199	-.18811*	سنة ثالثة	
.03034	-.08099*	سنة اولى	سنة ثانية
.02091	-.26910*	سنة ثالثة	
.02199	.18811*	سنة اولى	سنة ثالثة
.02091	.26910*	سنة ثانية	

الجدول (6)

يبين اختبار شيفية لمعرفة إذا كان هنالك فروقات تعزى لمستوى السنة الدراسية (اولى، ثانية، ثالثة)

القيمة الاحتمالية	قيمة (F) المحسوبة	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصادر التباين
.021	3.916	.207	2	.414	بين المجموعات
		.053	197	10.402	داخل المجموعات
			199	10.815	الكلية

يلاحظ من النتائج الواردة في الجدول أعلاه (5،6)، وجود فروقات ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ($\alpha \leq 0.05$) تعزى لمستوى السنة الدراسية لصالح طلبة السنة الأولى، وطلبة السنة الثالثة).

وفي رأي الباحث جاءت هذه النتيجة لان الطلبة في السنة الأولى جاؤ من البيئة المحيطة في الجامعة أي من مجتمع محافظة البلقاء فالثقافة الغذائية لديهم نابعة من الثقافة الصحية للأسرة والمجتمع، ومعظم هؤلاء الطلبة يتناولون طعامهم في المنزل تختلف هذه النتيجة ودراسة (القدومي، 2009).

أما طلبة السنة الثانية وفق رأي الباحث نجد أن عدد الطلبة في هذه الفئة قليل جدا وأن الطلبة تكثرت لديهم المسافات الدراسية والألتزام أكثر في مواد الجامعة وزيادة المسافات الدراسية والألتزام بالمكتبة الجامعية لفترة طويلة وبذلك يقضوا معظم الطلبة وقتهم في الجامعة ما يضطرهم للتوجه الى الطعام السريع والمشروبات الغازية الطارة.

أما طلبة السنة الثالثة وفق رأي الباحث من الطبيعي أن يرتفع لديهم مستوى الوعي الغذائي أن تأثير المسافات الخاصة

بالصحة والتغذية والمواد والمساقات المختلفة وتقدم سن الطالب كلما اتسعت معارفهم وزادت اهتماماتهم لتطوير مستواهم الصحي بشكل إيجابي وبذلك يتغير تفكيرهم وسلوكهم ونمط حياتهم فيهنم الطلبة في هذه المرحلة بأجسامهم وشكلهم وخاصة الشكل الخارجي، تختلف نتائج الدراسة و(القدمي، 2009).

السؤال الثالث:

ما أهم مصادر المعلومات والأكثر تأثيراً لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية من مصادر المعلومات المختلفة الجدول (7).

الجدول (7)

يبين مصادر المعلومات

النسبة	العدد الكلي	العدد	نوع المصدر
53%	200	106	إنترنت
16%	200	32	الدراسة
18%	200	18	الكتب
0,06%	200	12	الصحف والمجلات
0,05%	200	10	برامج الأذاعة
0,03%	200	6	دورات تغذوية
0,08%	200	16	برامج التلفزيون
1	200	200	الكلي

يبين الجدول (7) أن مصدر الإنترنت أعلى نسبة مئوية (53%)، يعتبر الإنترنت من أبرز معطيات الثورة التكنولوجية في العصر الحاضر الذي يوفر الوسائل التعليمية التي تقدم المنبثات الغنية للمتعلم التي تقوم بدور حيوي في عملية تعلمه. وتعد برامج الإنترنت متعددة الوسائط من الوسائل الفعالة التي تجمع بين خليط من الوسائل كالصور الثابتة والمتحركة، والنصوص المكتوبة، والخطوط البيانية، والموسيقى، وتوظف جميعاً لتقديم المحتوى الثقافي بصورة متكاملة ومتفاعلة. ويرى (كمال زيتون، 2004) أن تكنولوجيا الوسائط المتعددة جاء أساس استخدامها لمقابلة النظرة الحديثة للتعلم، على اعتبار أن الفرد كائن حي متفاعل، غايتها نموه وليس حفظ المعلومات، بل بناء الفرد للمعرفة وفق نمط معالجته لها، مما يجعل الفرد بان للمعرفة وليس مستقبلاً سلبياً لها. ولقد أكدت بحوث تقنية الكمبيوتر أن الإنسان يستطيع أن يتذكر 20% مما يسمعه، و30% مما يشاهده، و50% مما يشاهده ويسمعه، أما إذا سمع وشاهد وعمل بشكل متزامن فإن هذه النسبة ترتفع إلى حوالي 80% (Hofstetter, 1990) مما يؤكد فعالية الإنترنت ويوضح دوره الهام والكبير في نشر المعلومات. تتفق هذه النتيجة ودراسة كل من (Zings, Kogan 2004) (Sesselberg, 2005) (Saharan Hanis Tang, al 2008)، (الجفري، 2007).

نتائج الدراسة

توصلت الدراسة الى النتائج التالية:

1. أن مستوى الوعي الغذائي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية كان مرتفعاً.
2. لا يوجد أي دلالة إحصائية لمتغير نوع الكلية لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية.
3. يوجد دلالة إحصائية لمتغير الجنس ولصالح الذكور في مستوى الثقافة الغذائية لدى طلبة جامعة البلقاء.
4. يوجد دلالة إحصائية لمتغير السنوات الدراسية ولصالح كل من السنة الأولى والثالثة.
5. أظهرت الدراسة اعتماد أغلب الطلبة يستخدمون الإنترنت في تلقي معلومات التغذية.

التوصيات

1. الاهتمام بالنشء الجديد ومحاولة تهيئة جيل متعلم يحمل مفاهيم صحيحة عن كيفية إختيار غذائه اليومي وذلك من خلال

1. المناهج التعليمية في المدرسة وبرامج الوسائل الإعلامية المختلفة.
2. يجب متابعة ما يقدم من معارف وخبرات من خلال هذه الوسائل الإعلامية المختلفة بتوجيه الأفراد للمعارف الصحيحة لنوعيات الغذاء الصحي السليم وكيفية تطبيق ما يتعلمه من معارف.
3. يجب العناية بالبرامج التثقيفية الإرشادية الغذائية حتى يمكن تصحيح المفاهيم الغذائية لشريحة كبيرة من الناس.
4. يجب تشجيع المتخصصين وجهات الاختصاص في الغذاء والتغذية لإصدار العديد من الكتب والنشرات بشكل مبسط وتسهيل إقتنائها من قبل المستفيدين.

المراجع

- إيمان البلوني، ميسون شتيفي (2003) "العادات الغذائية والوعي الغذائي عند طالبات المرحلة المتوسطة وعلاقتها بانتشار الأنيميا"، مجلة بحوث الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية، مجلد (13)، العدد (3-4)، ص 1-16.
- تعريد، كمال الدين (2003) "استخدام الحاسب الآلي في تصميم برنامج لتخطيط وجبات مرضى السمنة"، رسالة ماجستير، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية.
- الجفري، علي عبدالله (2007) "مصادر الحصول على المعلومات الصحية ومستوى الوعي الصحي وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في مدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية". المجلة العلمية للتربة البدنية والرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان، (52) 240-265.
- حداد، شفيق (2000): الدليل الغذائي للصحة الجيدة، ط3، نوفل للنشر والتوزيع، بيروت، لبنان.
- حمام، فريال (1996) "مستوى الثقافة الصحية لدى طالبات الصف الولى الثانوي وأثره في اتجاهتهن الصحية". رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، أربد، الأردن.
- خطابية، عبدالله حمد ورواشدة، إبراهيم فيصل (2003) "مستوى الوعي الصحي لدى طالبات كليات المجتمع الحكومية في الأردن". مجلة العلوم التربوية والدراسات الإسامية 4(1) 260-292.
- رويدا، الليلى (2007)، "أثر الوعي والممارسات الغذائية لعينة من معلمات رياض الأطفال بجدة على النمو الجسمي للأطفال"، رسالة مقدمة لكلية التربية للإقتصاد المنزلي والتربية والفنية للحصول على درجة الماجستير في التغذية وعلوم الأطعمة (تخصص تغذية تطبيقية كلية الاقتصاد المنزلي والتربية الفنية، جامعة الملك عبد العزيز، وزارة التعليم العالي، المملكة العربية السعودية.
- سلامة، (2002)، الصحة والتربية الصحية، القاهرة دار الفكر العربي، مصر.
- صباريني، محمد، خليل الخليلى، القادري صالح (1989) "المعلومات الصحية ومصادرها لدى طلبة الصحافة والإعلام بجامعة اليرموك"، جامعة الكويت العدد (33)، ص 88-122.
- صباريني، محمد، خليل الخليلى، القادري صالح (1989) "المعلومات الصحية ومصادرها لدى طلبة الصحافة والإعلام بجامعة اليرموك". جامعة الكويت، المجلة التربوية، م6، ع20، ص 255-270.
- الطنطاوي، رمضان، (1997) "دور مناهج العلوم بمراحل التعليم العام بمصر في تحقيق مفهوم التربية الوقائية للطلاب"، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد (3)، ص 181-224.
- الطنطاوي، رمضان، (1997): "دور مناهج العلوم بمراحل التعليم العام بمصر في تحقيق مفهوم التربية الوقائية للطلاب"، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد (6)، ص 154-187.
- ظاهر، جعفر (2004) أسس التغذية الصحية، عمان: دار مجدلاوي.
- العلي، فخري شريف، (2001)، مستوى الثقافة الصحية لدى الطلبة في نهاية المرحلة الأساسية العليا في المدارس الحكومية في جنين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- قاسم، خويلة، (2007) "مدى الوعي الصحي الغذائي لدى لاعبي المنتخبات الرياضية في جامعة اليرموك"، المؤتمر العلمي الثاني، المستجندات العلمية في التربية الرياضية، جامعة اليرموك، أربد، الأردن.
- القُدومي، عبدالناصر عبدالرحيم. (2005) "مستوى الوعي الصحي ومصادر الحصول على المعلومات الصحية لدى لاعبي الأندية العربية للكرة الطائرة". مجلة العلوم التربوية والنفسية، (كلية التربية) جامعة البحرين، المجلد (6)، العدد (1)، 223.
- القُدومي، عبدالناصر وزيد، كاشف (2009): "مستوى الوعي الغذائي لدى طلبة تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية وجامعة السلطان قابوس" ملخصات المؤتمر الرياضي العلمي الفلسطيني الأول: نحو بناء إستراتيجية تكاملية للنهوض بالرياضة الفلسطينية، والمنعقد في 29-30/4/2009 في جامعة النجاح الوطنية. فلسطين. نابلس 263.

كمال عبد الحميد زيتون (2004) "تكنولوجيا التعليم في عصر المعلومات والاتصالات"، 2، القاهرة.
 ليلي "عبد الله (2002): "فعالية تدريس وحدة مقترحة قائمة على النظرية البنائية لتنمية وعي طالبات المدارس الثانوية التجارية بالتربية الغذائية"، مجلة التربية العلمية، الجمعية المصرية للتربية العلمية بكلية التربية، جامعة عين شمس، المجلد السابع، سبتمبر 2004.
 محمد، ثناء، (1998): "العوامل المؤثرة على سوء التغذية بين أطفال المناطق الريفية بمحافظة المنوفية"، رسالة ماجستير، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية.
 المرادي، سونيا، عبد المجيد اشرف (2010) "ط التثقيف الغذائي"، ط1، دار النشر، عمان، الاردن.
 مهنا محمد غنايم (1990) "من أساليب التربية البيئية في المضمون المدرسي- التربية الغذائية في التعليم العام"، مكتب التربية العربي لدول الخليج بالرياض.
 مهنا، محمد غنايم (1990): "من أساليب التربية البيئية في المضمون المدرسي"- التربية الغذائية في التعليم العام، مكتب التربية العربي لدول الخليج بالرياض.
 الهندي، أمال، (1995): "دراسة مدى انتشار الوعي الغذائي والصحي بين عينة طالبات من كلية التربية للبنات بجدة"، نشرة بحوث الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية، العدد الثاني، ص ص 101-126.
 يس، قنديل عبدالرحمن، وعبدالله الحيصن (1990) "الوعي الغذائي لدى طالبات كليات البنات بمدينة الرياض، مستواه ومصادره وعلاقته ببعض المتغيرات، دراسات في المناهج وطرق التدريس"، الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، كلية التربية، جامعة عين شمس، مصر العدد (18)، ص ص 45-86.

- Brien, G and Davies, M. 2007. Nutrition knowledge and body mass index, *Health Education Research*, 22 (4), 571-575.
- Dunn, Debra and Denny George. 2007. Nutrition Knowledge and Attitudes of College Athletes, *The Sport Journal*, United States Sport Acadimy, 10 (4).
- Gray J, Sesselberg. S, Tracy.,R, Noyce., P, Klein., D, Jonathan., J, Nicola.,(2005) Health –information behavior seeking adolescence in the place of internet N.60.(7)(1467-1478).
- PAULOS et al. 2001. Assessing Change in Vo2max with A Non- Exercise Regression Model, *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 34(5): S229.
- Saharan Hanis Tang., S, M., & R(A, Rosaline Ayesha (2008).,Changes nutritional functions student, quality of life of coped out pulmonary rehabilitation program Pilot. Study patients of, HUKM, 14: 2 .162– 151).
- Sakamaki, et al. 2005. Nutritional knowledge, food habits and health attitude of Chinese university students -a cross sectional study-, *Nutrition Journal*, 4:4, [http:// www.nutritionj.com/ content/ 4/1/4](http://www.nutritionj.com/content/4/1/4).
- Samelson, et al. 2000. Risk for Disordered Eating Relates to both Gender and Ethnicity for College Students. *Journal of the American College of Nutrition*, 21(4), 307–314.
- Sampson, and Wardle J. 1991. Development of a general nutrition knowledge questionnaire for adults. *European journal of clinical nutrition*, 53, 298-308.
- SERAIKY, P.H. (2001): Saudi Medical Journal, Food and Nutrition, 2 (1).
- Susan, B ,Shiriki.k ,Alfredo .M, P Elizabeth, (2001) .A comparison of knowledge and attitudes about diet and health among – 35 to – 75 years – old adult in the United States and Geneva, Switzer land. *American Journal of Public Health* 424 – 418 ,91.
- Ulla. & S, Díez (A, Fortis-Pérez). (2010). c-Socio-demographic predictors of health behaviors in mexican student college, 1(25) , 85-93.
- Zings ,G Kogan, Politick., R.,, S Greens. & E, Lacroix. (R, J, Crowell ,(2004). Positive attitudes and failed queries an c conundrum of health. *International retrieval of Informatics a exploration of Journal of Medica*73(1),d .55–45.

Nutritional Awareness and Access to Information Sources Amongst a Sample of AL Balqa Applied University Students

*Haitham Mohammad Alnader**

ABSTRACT

The study aimed to identify the level of awareness of food sources and access to information among a sample of AL Balqa Applied University students and to explore the differences in the level of food culture depending on variables (school year, sex, college) type. In addition to identifying the most influential sources of information in the dissemination of food culture. To achieve that, the study applied, on a sample of (200) students by 92 male and 108 female students from Al Balqa Applied University, a questionnaire measuring nutritional awareness, which consisted of (38) items, and (6) paragraphs of the means of access to information. The researcher used for data processing, statistical package SPSS represented in percentages, averages, standard deviation, analysis of variance, and t-test. The results of the study showed that the level of public food awareness among the respondents was high, and they indicated a statistically significant differences in the level of nutritional awareness attributed to the variable of gender, in favor of males. Also, significant differences attributed to the study year were revealed and they were in favor of first- and third-year students. On the other hand, no statistically significant differences attributed to the variable of college, the Internet was the most influential in getting the information to the respondents. The researcher recommended the need for attention by public education and media outlets, (lectures and seminars), for the dissemination of nutritional awareness, especially for female students. Also, it's important to provide students with enough foundations of proper nutrition and know the importance of various nutrients to prevent malnutrition and various diseases.

Keywords: Nutritional awareness, Al Balqa Applied University students, The Sources of Information.

* Salt College of Human Sciences, AL Balqa Applied University, Jordan. Received on 31/8/2016 and Accepted for Publication on 18/10/2016.