

# Στάσεις δασκάλων και διατροφική αγωγή στο σχολείο

Μαρία Λουμάκου, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Έμη Σαραφίδου, Ινστιτούτο Υγείας του παιδιού

Παναγιώτης Κορδούτης, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

Δήμητρα Μπαρμποπούλου, 13<sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Περιστερίου

## Περίληψη

Στην έρευνα αυτή εξετάζονται οι στάσεις των δασκάλων απέναντι στη διατροφική αγωγή στο Δημοτικό σχολείο και ορισμένοι παράγοντες, που σχετίζονται με αυτές και συγκεκριμένα: το φύλο, η ηλικία, η διδακτική εμπειρία, η εκπαίδευσή τους σε διατροφικά θέματα, το ενδιαφέρον που εκτιμούν οι δάσκαλοι ότι δείχνουν οι μαθητές τους για διατροφικά θέματα και οι διατροφικές τους προτιμήσεις. Συμμετείχαν 200 δάσκαλοι (56 άντρες, 144 γυναίκες) από δημόσια και ιδιωτικά δημοτικά σχολεία της περιοχής των Αθηνών. Δόθηκε ερωτηματολόγιο, με ανοιχτές και ημιδομημένες ερωτήσεις, που διερευνούσε τις παραπάνω παραμέτρους και κατέγραφε δημογραφικά χαρακτηριστικά. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το φύλο, η ηλικία και η διδακτική εμπειρία, καθώς και το αν έχουν διδαχτεί οι ίδιοι μάθημα σχετικό με τη διατροφή, συσχετίζονται με θετική στάση απέναντι στη διατροφική αγωγή. Δε βρέθηκε όμως στατιστικά σημαντική συσχέτιση των διατροφικών προτιμήσεών τους με τη διάρκεια των σπουδών ή την κατοχή άλλου πτυχίου ή μεταπτυχιακού. Οι δάσκαλοι αξιολογούν τη διατροφική αγωγή ως σημαντική, πιστεύουν ότι η διατροφή επηρεάζει την επίδοση του παιδιού στο σχολείο και εκτιμούν ότι τα παιδιά δείχνουν ενδιαφέρον για διατροφικά θέματα. Η συντριπτική πλειοψηφία των δασκάλων (95%) πιστεύει ότι θα έπρεπε στο σχολείο να υπάρχει ειδικό μάθημα διατροφικής αγωγής.

---

*Η κ. Μαρία Λουμάκου είναι καθηγήτρια του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας στο ΠΤΔΕ. Η κ. Έμη Σαραφίδου είναι στατιστολόγος στο Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού. Ο κ. Παναγιώτης Κορδούτης είναι επίκ. καθηγητής του Α.Π.Θ., τμ. Ψυχολογίας και η κ. Δήμητρα Μπαρμποπούλου είναι δασκάλα στο 13ο Δημ. Σχ. Περιστερίου*

## Abstract

Teachers' attitudes towards nutritional education in elementary school were investigated. We examined their attitudes and beliefs regarding their role in nutritional education and their food preferences. A total of 200 Athenian public and private elementary school teachers (56 men and 144 women) participated in the study. They responded to a questionnaire consisting of demographic questions as well as open and semi-structured ones exploring the above parameters. Results indicated that teacher's nutritional education, gender, age, educational experience and having attended nutritional courses correlated with positive attitudes towards nutritional education. An advanced studies diploma or a master's degree or even personal food preferences did not correlate with positive attitudes towards nutritional education. Teachers perceived nutritional education as important; they believed that nutrition affects the child's school performance and stated that children are interested in nutrition. Even so, they considered that nutritional education should be included in the school curriculum as a separate course.

## Οι στάσεις των δασκάλων για τη διατροφική αγωγή στο Δημοτικό σχολείο

Στην εποχή μας, αφού το πρόβλημα της ανεπάρκειας της τροφής στις αναπτυγμένες τουλάχιστον χώρες έχει αντιμετωπιστεί, το θέμα της διατροφής μάς απασχολεί λόγω της άμεσης σχέσης του με την υγεία. Όπως διαπιστώνει η Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας (WHO, 1997), οι κοινωνίες της “αφθονίας”, σήμερα, συνήθως ακολουθούν μια δίαιτα που ήταν άγνωστη στο ανθρώπινο είδος μόλις δέκα γενιές πριν. Η υιοθέτηση αυτής της δίαιτας έχει συνοδευτεί με μια σημαντική αύξηση ασθενειών, όπως της στεφανιαίας νόσου, της αρτηριοσκλήρυνσης, διαφόρων μορφών καρκίνου, διαβήτη και άλλων χρόνιων παθήσεων. Θεωρείται δεδομένο πλέον ότι η υγιεινή διατροφή συνεισφέρει στην πρόληψη πολλών σοβαρών χρόνιων παθήσεων. Επίσης, η έρευνα έχει δείξει ότι πολλοί από τους κινδύνους ανάπτυξης χρόνιων παθήσεων, συνδεδεμένων με τη διατροφή, έχουν τη βάση τους στην παιδική ηλικία. Είναι αναγκαίο, σύμφωνα με την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας, η υγιεινή διατροφή να αρχίσει στην παιδική ηλικία και να συνεχιστεί διά βίου. Επομένως, επιβάλλεται να γίνουν συστάσεις σε όλο τον πληθυσμό για την υιοθέτηση υγιεινής διατροφής (WHO, 1997). Πρόσφατες θεωρίες μάλιστα υποστηρίζουν ότι η διατροφή μπορεί να τροποποιήσει αυτή καθαυτή τη γενετική κληροδοσία. Σύμφωνα με την καινοτόμο επιστημονική θεωρία του “μεταβολικού προγραμματισμού”

(Roberts, 1999), η τροφή που τρώει ένα παιδί στην πρώιμη ηλικία προκαλεί βαθύτατες βιοχημικές αλλαγές στα ίδια τα κύτταρα και αυτές οι αλλαγές επηρεάζουν την ανάπτυξη και μειώνουν τις πιθανότητες να νοσήσουν τα παιδιά στο μέλλον από κάποια αρρώστια.

Ακολουθώντας την οδηγία της Παγκόσμιας Οργάνωσης Υγείας για διατροφική καθοδήγηση του πληθυσμού, η πολιτεία σχεδίασε και εφάρμοσε διάφορα προγράμματα διατροφικής αγωγής, που απευθύνονταν τόσο σε ενήλικες όσο και σε παιδιά, κυρίως μέσω του σχολείου, με στόχο την προώθηση υγιεινών διατροφικών συνηθειών και την απάλειψη των μη υγιεινών.

Η διατροφή κατά την παιδική ηλικία είναι κρίσιμη, όχι μόνο γιατί έχει συνδεθεί με σοβαρές ασθένειες στην ενήλικη ζωή, αλλά και γιατί πολλές από τις διατροφικές συνήθειες που διαμορφώνονται στην ηλικία αυτή παραμένουν σχεδόν αναλλοίωτες για το υπόλοιπο της ζωής (Arbeit et al., 1988· Oliveira et al., 1992· Roma-Giannikou et al., 1997).

Στη διάρκεια της παιδικής ηλικίας υιοθετείται ένας τρόπος ζωής, αποκτάται μια διατροφική συμπεριφορά και οικοδομείται η διατροφική γνώση. Οι διατροφικές συνήθειες που διαμορφώνονται στην παιδική ηλικία αποτελούν συνήθως τη βάση των διατροφικών επιλογών και των διατροφικών αντιλήψεων της ενήλικης ζωής, παγιώνονται και, ακόμα και αν είναι βλαβερές για την υγεία, είναι δύσκολο να αλλάξουν. Γι' αυτό το λόγο, είναι κρίσιμο να υιοθετηθούν υγιεινοί τρόποι ζωής και διατροφικές πρακτικές σε μικρή ηλικία (Sherratt, 1996). Υποστηρίζεται δηλαδή ότι οι διά βίου στάσεις και συμπεριφορές υγείας αρχίζουν στην παιδική ηλικία (Farrand & Cox, 1993).

Μεταξύ των παραγόντων, που επηρεάζουν τις διατροφικές προτιμήσεις και συμπεριφορές, είναι και η μεταβίβαση της συμπεριφοράς μέσω της άμεσης κοινωνικής αλληλεπίδρασης μεταξύ ατόμων μιας κοινωνικής ομάδας. Αυτός ο τρόπος μεταβίβασης συχνά συνδέεται με ένα άτομο, που παίζει το ρόλο του φορέα της κοινωνικοποίησης στο περιβάλλον μεταβιβάζοντας πολιτισμικούς ρόλους στο παιδί (Thomas, 1991). Οι διατροφικές προτιμήσεις του παιδιού επηρεάζονται από ένα πλέγμα παραγόντων, όπως το οικογενειακό περιβάλλον, οι διατροφικές συνήθειες της οικογένειας, η κοινωνικοποίηση, τα πρότυπα-μοντέλα, το σχολείο, οι συνομήλικοι, η διαφήμιση. Η έμφαση στη μελέτη της διατροφής δίνεται στο ρόλο της μάθησης και της εμπειρίας και στο πώς αυτές αλληλεπιδρούν με βιολογικές προδιαθέσεις για να παράγουν συμπεριφορά (Stang, Story, & Kalina, 1998). Η απόκτηση και εσωτερίκευση αξιών και συνηθειών επιτυγχάνεται και υιοθετείται από το παιδί μέσω της αλληλεπίδρασής του με πρότυπα-μοντέλα, όπως είναι οι γονείς, τα αδέρφια, οι συνομήλικοι, ο δάσκαλος. Επειδή έχει διαπιστωθεί ότι οι γονείς και τα παιδιά αγνοούν σε μεγάλο βαθμό τις ευεργετικές επιδράσεις της υγιεινής διατροφής

(Gibson, Wardle, & Watts, 1998), εναπόκειται στο σχολείο να καλύψει το γνωστικό αυτό κενό, τουλάχιστον όσον αφορά τα παιδιά της σχολικής ηλικίας.

Το σχολείο έχει καθοριστική σημασία στη διαμόρφωση της συμπεριφοράς του ατόμου, ενώ συγχρόνως αποτελεί τον κυριότερο φορέα μετάδοσης του συναισθήματος της ευθύνης για την ατομική υγεία και την υγεία της κοινότητας. Το σχολείο βρίσκεται στη μοναδική θέση να εκπαιδεύει τα παιδιά σε γνώσεις και δεξιότητες της ζωής, αλλά και να τα διδάσκει διά μέσου της μίμησης και της πρακτικής (Passmore, 1996). Στη διεθνή βιβλιογραφία υποστηρίζεται ότι οι διατροφικές συστάσεις και οδηγίες που δίνονται από το σχολείο μπορούν να επηρεάσουν σημαντικά το παιδικό διαιτολόγιο (Labiner, 2000). Η διατροφική αγωγή στο σχολείο έχει, αν όχι μακροπρόθεσμα, τουλάχιστον βραχυπρόθεσμα αποτελέσματα στην αλλαγή της διατροφικής συμπεριφοράς των παιδιών, γιατί, όπως έχει διαπιστωθεί, αλλάζει τη διατροφική συμπεριφορά των μαθητών προς την κατεύθυνση της υγιεινής διατροφής (Blom-Hoffman & Dupaul, 2003).

Υποστηρίζεται ότι τα παιδιά που διδάχθηκαν διατροφική αγωγή απέκτησαν περισσότερες γνώσεις και ενισχυμένη αυτοπεποίθηση σε θέματα διατροφής, η οποία μεταφράστηκε σε αλλαγή συμπεριφοράς ως προς τις διατροφικές συνήθειες, αφού επέλεξαν να συμπεριλάβουν στο διαιτολόγιό τους περισσότερες υγιεινές τροφές (φρούτα, λαχανικά κ.ά.) (Piperakis et al., 2003· Auld et al., 1999).

Εξέχουσα θέση και υπευθυνότητα σε αυτή τη διευρυμένη συνεργασία για την επίτευξη των σκοπών της διατροφικής αγωγής κατέχει ο δάσκαλος. Θεωρείται ότι είναι κατάλληλος να παρέμβει στη διαμόρφωση της διατροφικής συμπεριφοράς του μαθητή, μια και κατέχει τη θέση του ενδιαμέσου μεταξύ οικογένειας και πολιτείας. Σύμφωνα με ερευνητικά δεδομένα, οι δάσκαλοι, σε σύγκριση με τους διαιτολόγους, είναι πιο αποτελεσματικοί στην εφαρμογή της διατροφικής αγωγής σε μαθητές, γιατί διευκολύνεται η ταύτιση των μαθητών μ' αυτούς (Doyle & Feldman, 1994).

Ο Bandura (1971) υποστηρίζει ότι οι περισσότερες συμπεριφορές είναι προϊόντα κοινωνικο-γνωστικής μάθησης, η οποία στηρίζεται στην παρατήρηση της συμπεριφοράς ενός προτύπου. Μαθαίνονται, δηλαδή, μέσω της μίμησης της ανθρώπινης πρότυπης συμπεριφοράς. Ο δάσκαλος ως πρότυπο αποτελεί καθοριστικό παράγοντα για τη διαμόρφωση συμπεριφορών, αντιλήψεων και στάσεων στους μαθητές του. Αναμφισβήτητα, ο δάσκαλος είναι φορέας πολιτισμού, μοιράζεται τις ίδιες πολιτισμικές αξίες με τους μαθητές του, μπορεί να λειτουργήσει ως ένα επιτυχές πρότυπο και μέσω της κοινωνικής μεταβίβασης, επομένως να επηρεάσει ακόμη και τις διατροφικές προτιμήσεις των μαθητών του. Λαμβάνοντας υπόψη το κοινωνικό πλαίσιο της διατροφής,

είναι σαφές ότι υπάρχει πολιτισμική διάσταση που επηρεάζει τις προτιμήσεις για φαγητά μέσω του άμεσου και έμμεσου περιβάλλοντος. Η διατροφή και το “τελετουργικό” της εμποτίζονται από πολιτισμικές αξίες. Έχει προταθεί μάλιστα η υιοθέτηση μιας καινούριας προσέγγισης στα προγράμματα διατροφικής αγωγής που θα βασίζεται στις πολιτισμικές διατροφικές συνήθειες (Hertzler, Wenkam, & Standal, 1982).

Στην Ελλάδα η διατροφική αγωγή δεν περιλαμβάνεται στο αναλυτικό πρόγραμμα και οι δάσκαλοι πρέπει να αξιοποιούν ερεθίσματα που δίνονται μέσα από άλλα μαθήματα για να αναπτύξουν διατροφικά θέματα. Το κατά πόσο θα εκμεταλλευτούν τις προσφερόμενες ευκαιρίες, έγκειται στη διακριτική τους ευχέρεια και πιθανόν να συνδέεται με το πόσο επαρκείς νιώθουν οι ίδιοι να χειριστούν αυτά τα θέματα. Η αυτοαποτελεσματικότητα (self-efficacy) των δασκάλων μπορεί να συνδέεται με παραμέτρους, όπως είναι η εκπαιδευτική εμπειρία, οι σπουδές και το αν έχουν οι ίδιοι εμπειρίες διατροφικής αγωγής.

Οι στάσεις των δασκάλων για το ρόλο τους στη διατροφική αγωγή και ο τρόπος που χειρίζονται τη διατροφική αγωγή μπορεί να είναι καθοριστικοί παράγοντες στη δημιουργία αντιλήψεων, στάσεων και πρακτικών που αφορούν τη διατροφική συμπεριφορά των παιδιών. Η στάση, σύμφωνα με τον Allport (1935), είναι νοερή και νευρική κατάσταση ετοιμότητας, οργανωμένη με βάση εμπειρίες, ώστε να κατευθύνει και να επηρεάζει δυναμικά τις αντιδράσεις του ατόμου προς αντικείμενα και συνθήκες, με τις οποίες συσχετίζεται. Εάν οι δάσκαλοι και οι μαθητές δε μοιράζονται τον ίδιο τρόπο ζωής και τους ίδιους στόχους, δεν είναι αναμενόμενο να προτιμούν παρόμοιες τροφές ή να έχουν παρόμοιες αναπαραστάσεις για την τροφή. Οι στάσεις των δασκάλων για τη διατροφή, αφενός μεν διαμορφώνονται από τις προσωπικές διατροφικές τους προτιμήσεις, αφετέρου δε γίνονται εμφανείς σ’ αυτές. Αν η διατροφική αγωγή δε λαμβάνει υπόψη αυτές τις παραμέτρους της διατροφικής αντίληψης και των ψυχοκοινωνικών στόχων των δασκάλων και των μαθητών, κινδυνεύει να είναι άσχετη με το αντικείμενό της (Thomas, 1991).

Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι να εξετάσει τις στάσεις των δασκάλων για τη διατροφή, το ρόλο τους στη διατροφική αγωγή στο σχολείο, καθώς και τις διατροφικές τους προτιμήσεις.

## Μέθοδος

*Συμμετέχοντες.* Στην έρευνα αυτή συμμετείχαν 200 δάσκαλοι (56 άντρες και 144 γυναίκες) όλων των τάξεων του Δημοτικού σχολείου, που υπηρετούσαν

σε 23 σχολεία (15 δημόσια και 8 ιδιωτικά), που επιλέχθηκαν τυχαία από το σύνολο των δημοτικών σχολείων της Αθήνας και του Πειραιά, από τον πίνακα του Γραφείου Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης του Υπουργείου Παιδείας.

*Μέσο συλλογής δεδομένων.* Κατασκευάστηκε ημιδομημένο ερωτηματολόγιο με 10 κλειστές και ανοιχτές ερωτήσεις (Πίνακας 7). Σχεδιάστηκε σύμφωνα με τον Oppenheim (1973) και προσαρμόστηκε στα ελληνικά δεδομένα. Για να γίνει η προσαρμογή αυτή, το ερωτηματολόγιο δόθηκε σε δασκάλους που δε συμπεριελήφθησαν στην κύρια έρευνα και, με βάση τις απαντήσεις τους, διατυπώθηκαν ακριβέστερα οι ερωτήσεις που ήταν δυσνόητες ή ασαφείς, ενώ άλλες παραλείφθηκαν. Το ερωτηματολόγιο περιελάμβανε ερωτήσεις για το κατά πόσο οι δάσκαλοι πραγματεύονται θέματα διατροφής στην τάξη, ερωτήσεις που αφορούσαν τις πρακτικές ενασχόλησής τους με θέματα διατροφής στο σχολείο, τις στάσεις τους και τις αντιλήψεις τους σχετικά με τη σημασία της διατροφικής αγωγής και της διατροφής γενικά, καθώς και τις διατροφικές προτιμήσεις των ιδίων. Το ερωτηματολόγιο περιελάμβανε επίσης και καταγραφή των δημογραφικών χαρακτηριστικών των δασκάλων (φύλο, ηλικία, σπουδές, χρόνια προϋπηρεσίας κλπ.).

*Διαδικασία.* Τα ερωτηματολόγια δόθηκαν στο σχολείο μετά από μία σύντομη ενημέρωση των συμμετεχόντων από την ερευνήτρια και αφού διάβασαν τη συνοδευτική επιστολή με τις διευκρινίσεις, τους ζητήθηκε να απαντήσουν ανώνυμα και εθελοντικά και να τα παραδώσουν την επόμενη ημέρα. Το ερωτηματολόγιο δόθηκε σε 201 δασκάλους και ένας αρνήθηκε να απαντήσει.

## Ευρήματα

### *Χαρακτηριστικά των δασκάλων*

Η συντριπτική πλειοψηφία των δασκάλων ήταν γυναίκες, το 49,5% ήταν έως 35 ετών και μόνο 14,5% ήταν άνω των 45. Η πλειοψηφία είχε προϋπηρεσία έως 10 χρόνια και κατείχε μόνο Πτυχίο Παιδαγωγικού Τμήματος Δημοτικής Εκπαίδευσης, ενώ 45% είχε πρόσθετα πτυχία ή μεταπτυχιακές σπουδές.

Τα χαρακτηριστικά των δασκάλων παρουσιάζονται στον Πίνακα 1.

Η αναλογία ανδρών/γυναικών ήταν κάπως μεγαλύτερη στην ηλικιακή ομάδα των 36-45 ετών, σε σύγκριση με αυτή των 26-35 ετών, αλλά οι διαφορές δεν ήταν στατιστικά σημαντικές.

Το ποσοστό των δασκάλων που διδάχθηκε μαθήματα διατροφής κατά τη διάρκεια των σπουδών τους δε σχετίζεται στατιστικά σημαντικά με την ηλικία, την προϋπηρεσία ή τις σπουδές τους.

Πίνακας 1: Χαρακτηριστικά Δασκάλων

		f	%
Φύλο	Άντρες	56	28,0
	Γυναίκες	144	72,0
Ηλικία	25-35 ετών	99	49,5
	36-45 ετών	72	36,0
	46 και άνω	29	14,5
Προϋπηρεσία	1-5 χρόνια	55	27,6
	6-10 χρόνια	48	24,1
	11-15 χρόνια	36	18,1
	16 και άνω	55	27,6
Σπουδές	κανένα άλλο πτυχίο	110	55,0
	εξομοίωση-Μαράσλειο	4	2,0
	Πτυχίο άλλης σχολής	40	20,0
	μεταπτυχιακά	29	14,5
	Πτυχίο άλλης σχολής και Μεταπτυχιακά	17	8,5
Μαθήματα διατροφής στις σπουδές	όχι	159	80,3
	ναι	36	19,7

### *Αντιλήψεις και Στάσεις απέναντι στη σπουδαιότητα της διατροφικής αγωγής στο σχολείο*

Οι αντιλήψεις των δασκάλων για τη διατροφική αγωγή παρουσιάζονται στον Πίνακα 2.

Οι μισοί δάσκαλοι (51%) θεωρούν ότι είναι η οικογένεια που επηρεάζει, ενώ περίπου ένας στους τρεις (36,4%) θεωρεί σημαντικό κυρίως το ρόλο των διαφημίσεων και της τηλεόρασης. Ο ρόλος της εκπαίδευσης δε φαίνεται να θεωρείται σοβαρός παράγοντας επιρροής (1,5%). Η συντριπτική πλειοψηφία των δασκάλων (95%) πιστεύει ότι θα έπρεπε στο σχολείο να υπάρχει ειδικό μάθημα διατροφικής αγωγής.

Οι στάσεις των δασκάλων για τη σπουδαιότητα της διατροφικής αγωγής στο σχολείο, διερευνήθηκαν με πέντε σχετικές ερωτήσεις. Η ποσοστιαία αναλογία των απαντήσεων σε κάθε ερώτηση παρουσιάζεται στον Πίνακα 3.

Πίνακας 2: Αντιλήψεις των Δασκάλων Σχετικά με τη Διατροφική Αγωγή

		f	%
Τι επηρεάζει το παιδί στις διατροφικές του επιλογές;	Οικογένεια	101	51,0
	Διαφήμιση	72	36,4
	Συνομήλικοι	12	6,1
	Διαπαιδαγώγηση	3	1,5
	Άλλοι παράγοντες	10	5,0
Θα έπρεπε να υπάρχει ειδικό μάθημα διατροφικής αγωγής;	Ναι	186	95,4
	Όχι	9	4,6

Πίνακας 3: Στάσεις απέναντι στη σπουδαιότητα της Διατροφικής Αγωγής στο σχολείο

Κλίμακα μέτρησης				
Ερωτήσεις στάσεων για τη σπουδαιότητα της διατροφικής αγωγής	0	1	2	3
	f (%)	f (%)	f (%)	f (%)
	πότε-πότε	αρκετές φορές	συχνά	πάντα
Συζητούνται στην τάξη θέματα διατροφής;	70 (34,8)	118 (58,7)	8 (4,0)	5 (2,5)
	λίγο	αρκετά	πολύ	πάρα πολύ
Πόσο σημαντικό είναι το θέμα διατροφικής αγωγής;	1 (0,5)	10 (5,0)	57 (28,6)	132 (66,0)
	σπάνια/ποτέ	μερικές φορές	συχνά	πολύ συχνά
Σας δίνονται ευκαιρίες στο μάθημα να προτείνετε υγιεινή διατροφή;	12 (6,0)	94 (46,8)	68 (33,8)	27 (13,4)
	σπάνια/ποτέ	μερικές φορές	συχνά	πολύ συχνά
Σας δίνονται ευκαιρίες να υποδείξετε τι να αποφεύγουν;	14 (7,0)	96 (47,8)	66 (32,8)	25 (12,4)
	καθόλου/λίγο	μέτρια	αρκετά	πολύ
Η διατροφή επηρεάζει την επίδοση του παιδιού;	23 (12,0)	15 (7,8)	82 (42,7)	72 (37,5)



Όπως φαίνεται στον Πίνακα 3, το 58,7% των δασκάλων θεωρεί ότι συζητούνται θέματα διατροφικής αγωγής στην τάξη αρκετές φορές, το 47,2% θεωρεί ότι τους δίνονται ευκαιρίες στο μάθημα να προτείνουν υγιεινή διατροφή συχνά ή πολύ συχνά, ενώ το 46,8% μόνο μερικές φορές. Περίπου οι μισοί δάσκαλοι (47,7%) θεωρούν ότι τους δίνονται ευκαιρίες στο μάθημα μόνο μερικές φορές να υποδείξουν στα παιδιά ποιες τροφές να αποφεύγουν, οι άλλοι μισοί περίπου (45,2%), θεωρούν ότι τέτοιες ευκαιρίες τους δίνονται συχνά ή πολύ συχνά. Η μεγάλη πλειοψηφία των δασκάλων (80,2%) πιστεύει ότι η διατροφή επηρεάζει αρκετά ή πολύ την επίδοση του παιδιού. Το 66% των δασκάλων θεωρεί ότι η διατροφική αγωγή είναι πάρα πολύ σημαντική, το 28,5% πολύ σημαντική, το 5% αρκετά σημαντική, ενώ μόνο το 0,5% θεωρεί ότι είναι λίγο σημαντική.

Από τις απαντήσεις κάθε δασκάλου στις παραπάνω ερωτήσεις, κατασκευάστηκε δείκτης αντιλαμβανόμενης σπουδαιότητας σε κλίμακα 0 (καθόλου) έως 3 (πολύ), με υπολογισμό της μέσης τιμής των απαντήσεων.

Ο δείκτης αυτός παρουσίαζε ικανοποιητική αξιοπιστία (δείκτης εσωτερικής συνοχής του Cronbach:  $\alpha=0,67$ ).

Η κατανομή των τιμών του δείκτη αντιλαμβανόμενης σπουδαιότητας της διατροφικής αγωγής στο σχολείο παρουσιάζεται στο Γράφημα 1.

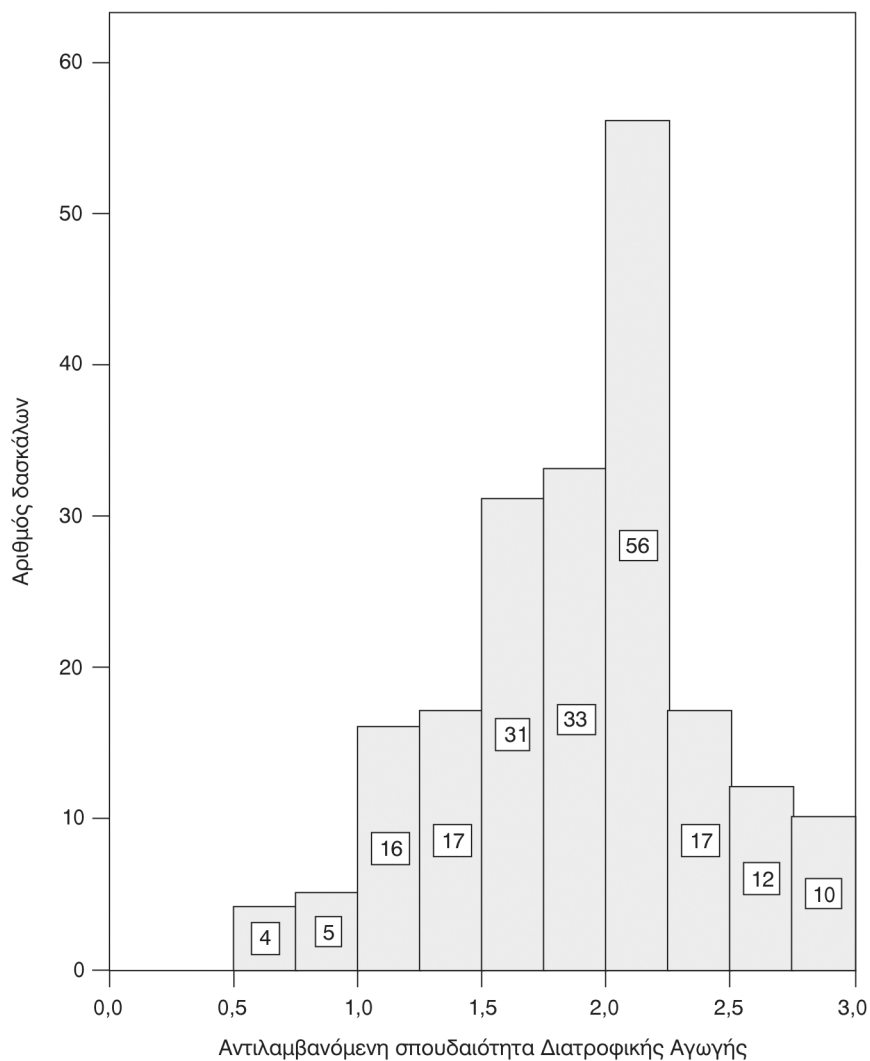
Η μέση τιμή του δείκτη ήταν  $M=1,86$  ( $s=0,51$ ). Η πλειοψηφία των δασκάλων έχει αρκετά θετική στάση απέναντι στη διατροφική αγωγή στο σχολείο (τιμές του δείκτη μεταξύ 1.5 και 2.5), αν και πιστεύει ότι τα παιδιά επηρεάζονται κυρίως από την οικογένεια και τις διαφημίσεις.

#### *Διατροφικές προτιμήσεις των δασκάλων*

Οι διατροφικές προτιμήσεις των δασκάλων φαίνονται στον Πίνακα 4.

Οι αγαπημένες τροφές των δασκάλων αξιολογήθηκαν ως προς τις εξής 7 διαστάσεις: α) απλό-σύνθετο, β) πρωτόλειο-επεξεργασμένο, γ) φρέσκο-συντηρημένο, δ) παραδοσιακό-μοντέρνο, ε) κοινωνικά ελκυστικό-κοινωνικά μη ελκυστικό, στ) καθημερινό-γιορτινό, ζ) άνοστο-νόστιμο. Οι διαστάσεις αυτές απετέλεσαν κλίμακες σημασιολογικής διαφοροποίησης ως εξής: οι αντιθετικοί πόλοι των διαστάσεων αξιολογούνταν είτε με +3 είτε με -3, για να δηλώνεται ότι περιγράφεται ένα φαγητό πάρα πολύ από αυτές, με +2 ή -2, για να δηλώνεται ότι περιγράφεται πολύ και +1 ή -1, για να δηλώνεται ότι περιγράφεται λίγο. Το μηδέν ήταν το σημείο αδιαφορίας. Η κάθε διάσταση αξιολογήθηκε ως προς τις εν λόγω κατηγορίες της κλίμακας τύπου Likert. Το ποσοστό των ατόμων σε κάθε κατηγορία αξιολόγησης των χαρακτηριστικών της αγαπημένης τροφής φαίνεται στον Πίνακα 5.

Γράφημα 1: Σπουδαιότητα Διατροφικής Αγωγής



Σημείωση: Μεγαλύτερη αριθμητική τιμή δηλώνει και μεγαλύτερη σπουδαιότητα.

Η συντριπτική πλειοψηφία των δασκάλων είναι εξαιρετικά παραδοσιακή στις διατροφικές τους προτιμήσεις και επιλέγει φαγητά που είναι αρκετά ελκυστικά, τόσο κοινωνικά όσο και γευστικά. Η πλειοψηφία προτιμά φαγητά αρκετά πρωτόλεια, καθημερινά και μάλλον βραχείας συντήρησης.

Πίνακας 4: Διατροφικές προτιμήσεις των δασκάλων

Διατροφικές προτιμήσεις	f	%
Κρέας /κοτόπουλο ψητό	44	(22,3)
Μαγειρευτά /πίτες	40	(20,3)
Όσπρια /λαδερά	31	(15,7)
Ψάρι	28	(14,2)
Ζυμαρικά /πατάτες	25	(12,7)
Φρούτα /σαλάτες	23	(11,7)
Άλλα	6	(3,0)

Σημείωση: Οι αριθμοί αφορούν συχνότητα (f) και σε παρένθεση ποσοστό % δασκάλων.

Πίνακας 5: Ποσοστό δασκάλων σε κάθε κατηγορία αξιολόγησης των χαρακτηριστικών της αγαπημένης τροφής

	Διπολική διάσταση αξιολόγησης							
	-3	-2	-1	0	1	2	3	
Απλό	56,3	15,6	4,0	1,0	6,0	14,1	3,0	σύνθετο
πρωτόλειο	12,1	55,8	10,6	4,0	17,6	0	0	επεξεργασμένο
φρέσκο	0,5	40,2	13,1	4,0	37,7	4,5	0	συντηρημένο
παραδοσιακό	95,0	0	0	4,0	0	0	1,0	μοντέρνο
κοινωνικά								κοινωνικά
ελκυστικό	71,9	24,1	0	4,0	0	0	0	μη ελκυστικό
καθημερινό	24,6	39,7	5,5	4,0	22,1	3,5	0,5	γιορτινό
άνοστο	0	0	0	4,0	3,5	58,8	33,7	νόστιμο

Σημείωση: Η κάθε διάσταση αξιολογήθηκε σε κλίμακα σημασιολογικής διαφοροποίησης από το -3 έως +3, ο ακραίοι πόλοι της διάστασης περιγράφουν το φαγητό πάρα πολύ, το 0 δηλώνει ότι ούτε ο ένας ούτε ο άλλος πόλος το περιγράφει και τα +1 ή -1, το περιγράφει λίγο, τα δε +2 ή -2, το περιγράφει πολύ.

#### Παράγοντες που σχετίζονται με τις στάσεις των δασκάλων για τη σπουδαιότητα της διατροφικής αγωγής

Μελετήθηκε αν διάφοροι παράγοντες, όπως το φύλο, η ηλικία, οι σπουδές, η προϋπηρεσία και τα μαθήματα διατροφικής αγωγής, παίζουν ρόλο στις αντιλήψεις των δασκάλων για τη σπουδαιότητα του θέματος της διατροφικής αγωγής στο σχολείο. Έγιναν συγκρίσεις με το t κριτήριο, όταν οι συγκρινόμενες ομάδες των δασκάλων ήταν δύο και με μονοπαραγοντικές αναλύσεις διακύμανσης, όταν οι συγκρινόμενες ομάδες δασκάλων ήταν περισσότερες από δύο.

Πίνακας 6: Παράγοντες που Σχετίζονται με τις Στάσεις των Δασκάλων ως προς τη Διατροφική Αγωγή

		<i>M</i>	<i>s</i>	<i>p</i>
Παράγοντες				
Φύλο	Άντρες	1,66	0,54	<0,05
	Γυναίκες	1,94	0,47	
Ηλικία	25-35 ετών	1,80	0,52	<0,05
	36-45 ετών	1,80	0,45	
	46 και άνω	2,21	0,44	
Προϋπηρεσία	1-5 χρόνια	1,80	0,57	<0,05
	6-10 χρόνια	1,81	0,50	
	11-15 χρόνια	1,79	0,42	
	16 και άνω	2,04	0,45	
Μεταπτυχιακές σπουδές	ναι	1,94	0,54	>0,05
	όχι	1,83	0,50	
Μαθήματα διατροφής κατά τις σπουδές	όχι	2,05	0,46	<0,05
	ναι	1,83	0,51	

Όπως φαίνεται από τον πίνακα, οι στάσεις των δασκάλων ως προς τη σπουδαιότητα της διατροφικής αγωγής σχετίζονται με το φύλο του δασκάλου ( $t=3,61$ ,  $d.f.=198$ ,  $p<0,001$ ), την ηλικία ( $F=8,67$ ,  $d.f.=2$ ,  $197$ ,  $p<0,001$ ) και την προϋπηρεσία του ( $F=3,17$ ,  $d.f.=3$ ,  $190$ ,  $p=0,025$ ), καθώς και με το αν είχε πάρει μαθήματα διατροφής κατά τη διάρκεια των σπουδών του ( $t=2,45$ ,  $d.f.=193$ ,  $p<0,015$ ), ενώ δε σχετίζονται με τις μεταπτυχιακές σπουδές.

Οι γυναίκες έχουν περισσότερο θετική στάση από τους άντρες, καθώς και οι δάσκαλοι που είχαν εκπαιδευτεί σχετικά με τη διατροφή. Όσον αφορά την ηλικία και την προϋπηρεσία, οι δάσκαλοι μεγαλύτερης ηλικίας (άνω των 45) και αυτοί με μεγάλη προϋπηρεσία (άνω των 15 χρόνων), συγκριτικά με τους νεότερους ή λιγότερο έμπειρους, είχαν θετικότερη στάση, όπως προέκυψε από τις πολλαπλές συγκρίσεις, που έγιναν με τη μέθοδο της ελάχιστης σημαντικής διαφοράς (Least Significant Difference, LSD).

Όσον αφορά το ενδιαφέρον των παιδιών για θέματα διατροφής, αυτό εκτιμήθηκε από τους δασκάλους σε πεντάβαθμη κλίμακα τύπου Likert (0 έως 4). Η μέση τιμή ήταν  $M=2,24$  ( $s=0,92$ ). Οι τιμές του δείκτη στάσεων βρέθηκαν

να συσχετίζονται θετικά με την αντίληψή τους για το ενδιαφέρον των παιδιών. Όσο περισσότερο οι δάσκαλοι θεωρούν ότι οι μαθητές τους ενδιαφέρονται για θέματα διατροφής, τόσο θετικότερη είναι και η στάση τους για τη διατροφική αγωγή και αντίστροφα. Η σχέση είναι στατιστικά σημαντική ( $r=0,45$ ,  $p<0,001$ ).

Οι τιμές του δείκτη δε βρέθηκαν να σχετίζονται με τις διατροφικές προτιμήσεις των δασκάλων.

### Ερμηνεία των ευρημάτων

Σύμφωνα με τα ευρήματά μας, οι στάσεις των δασκάλων ως προς τη σπουδαιότητα της διατροφικής αγωγής σχετίζονται με το φύλο, την ηλικία, τη διδακτική εμπειρία, την εκπαίδευσή τους σε διατροφικά θέματα και το ενδιαφέρον που εκτιμούν οι δάσκαλοι ότι δείχνουν οι μαθητές τους για διατροφικά θέματα, ενώ δε βρέθηκε να σχετίζονται με τις διατροφικές τους προτιμήσεις.

Οι γυναίκες εκπαιδευτικοί, σε σχέση με τους άντρες συναδέλφους τους, έχουν θετικότερη στάση απέναντι στη διατροφική αγωγή στο σχολείο και αυτό πιθανόν να μπορεί να αποδοθεί στον παραδοσιακό ρόλο της γυναίκας ως «τροφού». Η γυναίκα εκπαιδευτικός, δηλαδή, μπορεί να έχει μεγαλύτερη ευχέρεια να διακρίνει και να αξιοποιεί τις προσφερόμενες ευκαιρίες μέσα στην τάξη για να συζητήσει διατροφικά θέματα, αφού στην προσπάθειά της να ανταποκριθεί στον παραδοσιακό κοινωνικό της ρόλο, εφοδιάζεται με περισσότερες γνώσεις στα θέματα διατροφής.

Οι θετικές στάσεις των δασκάλων απέναντι στη σπουδαιότητα της διατροφικής αγωγής, επίσης σχετίζονται με την ηλικία τους και τη διδακτική τους εμπειρία. Οι μεγαλύτεροι σε ηλικία δάσκαλοι, οι οποίοι είχαν κατά συνέπεια περισσότερα χρόνια διδασκαλίας, επιδεικνύουν θετικότερη στάση απέναντι στη διατροφική αγωγή. Η θετικότερη αυτή στάση δε συνδεόταν με τη διάρκεια των σπουδών τους, αφού δεν παρατηρήθηκε να διαφέρει στους δασκάλους που είχαν και άλλα πτυχία ή μεταπτυχιακές σπουδές. Επίσης, θετικότερη στάση απέναντι στη διατροφική αγωγή έχουν οι δάσκαλοι που εκπαιδεύτηκαν σε θέματα διατροφής, εύρημα που υποστηρίζεται και από άλλες έρευνες, που έχουν δείξει ότι η σχετική εκπαίδευση αποτελεί σημαντικό παράγοντα γνώσης σε διατροφικά θέματα (DeCicco & Bergman, 1997) και επιλογής των δασκάλων που θα διδάξουν διατροφικά θέματα (Norton, Falciglia, & Wagner, 1997· Stang, Story, & Kalina, 1998). Όπως διαπιστώνεται από έρευνα των Britten και Lai (1998), ο χρόνος που αφιερωνόταν στη διδασκαλία διατροφικών θεμάτων στην τάξη, σχετιζόταν τόσο με την εκπαίδευσή τους

όσο και με την αντίληψη της αυτοαποτελεσματικότητάς τους. Η ηλικία, η εμπειρία και η εκπαίδευση στη διατροφική αγωγή των δασκάλων που συμμετείχαν στην έρευνά μας, μπορεί να τους επιτρέπει να αισθάνονται περισσότερο επαρκείς, όσον αφορά το χειρισμό διατροφικών θεμάτων, επομένως να έχουν θετικότερη στάση στο θέμα της διατροφικής αγωγής. Στην παρούσα έρευνα, βρέθηκε ότι η ηλικία των δασκάλων, συνδυαζόμενη με τα χρόνια διδασκαλικής εμπειρίας και την εκπαίδευσή τους σε διατροφικά θέματα, σχετίζεται με την αντίληψη της σπουδαιότητας της διατροφικής αγωγής στο σχολείο. Πιθανόν η συσχέτιση της διδασκαλικής εμπειρίας και της εκπαίδευσης σε διατροφικά θέματα με την αντίληψη της σπουδαιότητας της διατροφικής αγωγής, να διαμεσολαβείται από την αίσθηση αυτοαποτελεσματικότητας. Δηλαδή, η θετική αυτή στάση απέναντι στη διατροφική αγωγή να σχετίζεται με την αίσθηση αυτοαποτελεσματικότητας που οικοδομείται και ενισχύεται από τη διδακτική εμπειρία και τη διατροφική εκπαίδευση που είχαν. Η ύπαρξη αυτής της πιθανής διαμεσολαβητικής παραμέτρου μπορεί να αποτελέσει αντικείμενο περαιτέρω έρευνας.

Οπωσδήποτε όμως, εφόσον η ηλικία και η διδακτική εμπειρία δεν είναι παράμετροι που μπορούν να τροποποιηθούν, η σημασία της εκπαίδευσης των δασκάλων στη διατροφική αγωγή αναδεικνύεται ως ο παράγοντας, στον οποίο πρέπει να στρέψουμε την προσοχή μας. Θεωρούμε ότι η εκπαίδευση των δασκάλων θα πρέπει να ενισχυθεί με μάθημα διατροφικής αγωγής, αφού αυτός είναι ο μόνος παράγοντας, από αυτούς που σχετίζονται με τη θετική στάση των δασκάλων απέναντι σε θέματα διατροφικής αγωγής, ο οποίος επιδέχεται χειρισμό. Η αναγκαιότητα της εκπαίδευσης των δασκάλων σε θέματα διατροφικής αγωγής διαπιστώνεται και από άλλους ερευνητές (DeCicco & Bergman, 1997· O'Dea & Abraham, 2001).

Οι στάσεις των δασκάλων για τη σπουδαιότητα της διατροφικής αγωγής σχετίζονται θετικά με το ενδιαφέρον των παιδιών για θέματα διατροφής που συζητούνται στην τάξη. Όσο δε περισσότερο θεωρούν οι δάσκαλοι ότι οι μαθητές ενδιαφέρονται για θέματα διατροφής, τόσο θετικότερη είναι και η στάση τους για τη διατροφική αγωγή και αντίστροφα. Πιθανόν το ενδιαφέρον των παιδιών να λειτουργεί ως ενίσχυση για το δάσκαλο, στο πλαίσιο μιας ανατροφοδοτικής διαδικασίας, και, όσο περισσότερο ενδιαφέρον δείχνουν τα παιδιά για τα διατροφικά θέματα, τόσο περισσότερο επεκτείνεται ο δάσκαλος στη συζήτηση αυτών των θεμάτων. Επίσης, μπορεί να αντανακλά την ιδιαίτερη ευαισθησία του δασκάλου, ο οποίος, μέσα από την καθημερινή του επαφή με τα παιδιά, κατανοεί και προσπαθεί να καλύψει τις ανάγκες που εκδηλώνουν οι μαθητές του.

Οι δάσκαλοι στη συντριπτική τους πλειοψηφία θεωρούν ότι θα πρέπει να υπάρχει ειδικό μάθημα διατροφικής αγωγής στο σχολείο και επιπλέον

πιστεύουν ότι η διατροφή επηρεάζει ακόμη και την επίδοση του παιδιού. Αυτό το εύρημα είναι σύμφωνο με τα ευρήματα των Cox, Sneed & Banz, (1998), ενώ είναι αντίθετο με τα ευρήματα των Gates, McDonald και Dalton (1994), όπου οι δάσκαλοι θεωρούσαν ότι η διατροφική αγωγή θα έπρεπε να ενσωματώνεται σε διάφορα μαθήματα, να υπάγεται δηλαδή σε άλλα μαθήματα και όχι να αποτελεί ιδιαίτερο αντικείμενο. Τα ευρήματά μας δείχνουν ότι οι δάσκαλοι πράγματι αξιοποιούν ερεθίσματα που τους δίνονται μέσα από άλλα μαθήματα, για να αναπτύξουν διατροφικά θέματα, κρίνουν ότι αυτές οι ευκαιρίες είναι αρκετές και αφιερώνουν χρόνο να προτείνουν υγιεινή διατροφή ή να κάνουν υποδείξεις για το τι πρέπει να αποφεύγεται.

Αν και η συντριπτική πλειοψηφία των δασκάλων θεωρεί ότι το θέμα της διατροφικής αγωγής είναι πολύ σημαντικό και, στην πλειοψηφία τους, έχουν θετική στάση απέναντι στη διατροφική αγωγή στο σχολείο, πιστεύουν ότι είναι η οικογένεια και η διαφήμιση που κυρίως επηρεάζουν το παιδί στις διατροφικές του επιλογές. Οι μισοί δάσκαλοι θεωρούν ότι είναι κυρίως η οικογένεια που επηρεάζει τις διατροφικές συνήθειες του παιδιού. Όπως έχει διαπιστωθεί και από προηγούμενη έρευνα, η οικογένεια είναι αυτή που καθορίζει σε πολύ μεγάλο βαθμό τις διατροφικές συνήθειες του παιδιού (Cutting, Fisher, Grimm-Thomas, & Birch, 1999). Επίσης, ένας στους τρεις δασκάλους εκτιμά ότι οι διατροφικές συνήθειες επηρεάζονται από τη διαφήμιση, και αυτό είναι σύμφωνο με ερευνητικά δεδομένα που τεκμηριώνουν την επιρροή της διαφήμισης στις διατροφικές επιλογές των παιδιών (Woodward et al., 1997). Οι δάσκαλοι φαίνεται ότι ορθά εκτιμούν το ρόλο της οικογένειας και της διαφήμισης στη διαμόρφωση των διατροφικών συμπεριφορών των παιδιών, αλλά ταυτόχρονα αντιλαμβάνονται ότι και οι ίδιοι έχουν ένα ρόλο στη διαδικασία αυτή.

Στη συντριπτική πλειοψηφία τους, οι δάσκαλοι που συμμετείχαν προτιμούσαν τροφές απλές, πρωτόλειες και κατ' εξοχήν παραδοσιακές. Έχουν δηλαδή διατροφικές συνήθειες που εντάσσονται στην προτεινόμενη ως βέλτιστη για την υγεία μεσογειακή δίαιτα. Παρόλο που στην παρούσα έρευνα δε βρέθηκε συσχέτιση μεταξύ των διατροφικών προτιμήσεων των δασκάλων και της σπουδαιότητας που αποδίδουν στη διατροφική αγωγή, θεωρούμε ότι μπορεί να είναι σημαντικές λόγω της πολιτισμικής τους διάστασης και της λειτουργίας τους ως πρότυπα προς μίμηση. Οι διατροφικές συνήθειες των δασκάλων συμβαδίζουν με τα διατροφικά πρότυπα που καλούνται να αναδείξουν, γεγονός που μπορεί να ενισχύει την αίσθηση της αυτοαποτελεσματικότητάς τους στην ανάληψη της διατροφικής αγωγής.

## Βιβλιογραφία

- Allport, G. (1935). Attitudes. In C.M Murchison (Ed.) *Handbook of social psychology*. Worcester, MA: Clark University Press.
- Arbeit, M.L., Nicklas, T.A., Frank, G.C., Webber, L.S., Miner, M.H., & Berenson, G.S. (1988). Caffeine intakes of children from a biracial population: the Bogalusa Heart Study. *Journal of the American Diet Association*, 88 (4), 466-471.
- Auld, G.W., Romaniello, C., Heimendinger, J., Hambidge, C., & Hambidge, M. (1999). Outcomes from a school-based nutrition education program alternating special resource teachers and classroom teachers. *Journal of School Health*, 69 (10), 403-408.
- Bandura, A. (1971). *Social Learning Theory*. Morristown, N.J.: General Learning Press.
- Blom-Hoffman, J., & Dupaul, G. J. (2003). School-based health promotion: The effects of a nutrition education program. *School Psychology Review*, 32 (2), 263-271.
- Britten, P., & Lai, M.K. (1998). Structural analysis of the relationships among elementary teachers' training, self-efficacy and time spent teaching nutrition. *Journal of Nutrition Education*, 30, 218-224.
- Cutting, T.M., Fisher, J.Q., Grimm-Thomas, K., & Birch, L.L. (1999). Like mother, like daughter: familial patterns of overweight are mediated by mothers' dietary disinhibition. *American Journal of Clinical Nutrition*, 69, 608-613.
- Cox, K., Sneed, K., & Banz, W. (1998). Evaluating the nutrition component of the Michigan model. *Journal of the American Dietetic Association*, 99, 9, 1, A47.
- DeCicco, C.M., Bergman, E.A. (1997). Nutrition knowledge and attitudes of elementary school teachers in Washington state. *Journal of the American Dietetic Association*, 97, 9, 1, A38.
- Doyle, E.I., & Feldman, R.H.L (1994). Are local teachers on nutrition experts perceived as more effective by Brazilian high-school-students? *Journal of School Health*, 64 (3), 115-118.
- Farrand, L.L., & Cox, C.L. (1993). Determinants of positive health behavior in middle childhood. *Nursing Research*, 42 (4), 208-213.
- Gates, G., McDonald, M., & Dalton, M. (1994). Nutrition education in Missouri schools. *Journal of School Health*, 64 (10), 410-412.
- Gibson, E.L., Wardle, J., & Watts, C.J. (1998). Fruit and vegetable consumption, nutritional knowledge and beliefs in mothers and children. *Appetite*, 31 (2), 205-28.
- Hertzler, A.A., Wenkam, N., & Standal, B. (1982). Classifying cultural food habits and meanings. *Journal of American Dietetic Association*, 80 (5), 421-425.
- Labiner, J.M. (2000). Increasing the healthfulness of the school nutrition environment. (Doctoral Dissertation, University of North Carolina, at Chapel Hill, Chapel Hill, North Carolina, U.S.A., 1999). *Dissertation Abstracts International*, 60/08, 3887B.
- Norton, P.A., Falciglia, G.A., & Wagner, M. (1997). Status of nutrition education in Ohio elementary schools. *Journal of Nutrition Education*, 29 (2), 92-97.



- O'Dea, J.A., & Abraham, S. (2001). Knowledge, beliefs, attitudes and behaviors related to weight control, eating disorders and body image in Australian trainee home economics and physical teachers. *Journal of Nutrition Education*, 33 (6), 332-340.
- Oliveira, A.S., Elison, C.R., More, L.L., Gillman, W.M., Garrahe, J.E., & Singer, R.M. (1992). Parent-child relationships in nutrient intake-the Framingham Children's Study. *American Journal of Clinical Nutrition*, 56, 593-598.
- Oppenheim, A.N. (1973). *Questionnaire Design and Attitude Measurement*. London: Heinemann.
- Passmore, S. (1996). Nutrition education in schools-Educating the children. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*, 9, 357-362.
- Roberts, S. (1999). *Feeding Your Child for Lifelong Health: Birth through Age Six*. New York: Bantam.
- Roma-Giannikou, E., Adamidis, D., Gianniou, M., Nikolaras, R., & Matsaniotis, N. (1997). Nutritional survey in Greek children: nutrient intake. *European Journal of Clinical Nutrition*, 51, 273-285.
- Piperakis, S.M., Sotiriou, A., Georgiou, E., Thanou, A., & Zafiropoulou, M. (2003). Understanding nutrition: A study of Greek primary school children dietary habits, before and after classroom nutrition intervention. *Journal of Science Education*, 6, 36-40.
- Sherratt, E. (1996). High fat intakes are unhealthy but do children know? *Educational Review*, 48 (2), 163-175.
- Stang, J., Story, M., & Kalina, B. (1998). Nutrition education in Minnesota public schools: Perceptions and practices of teachers. *Journal of Nutrition Education*, 30 (6), 396-404.
- Thomas, J. (1991). Food choices and preferences of schoolchildren. *Proceedings of the Nutrition Society*, 50, 49-57.
- Woodward, D.R., Cumming, F.J., Ball, P.J., Williams, H.M., Hornsby, H., & Boon, J.A. (1997). *Journal of Human Nutrition and Dietetics*, 10, 229-235.
- WHO Report (1997). *Conquering suffering, enriching humanity*. Geneva: World Health Organization.