

תזונה נכונה ומידע ניתוח ספרות לעזרה עצמית 1984-2004/בן-צור רונית

תקציר:

השמנה היא בעיה בריאותית וחברתית, אשר שכיחותה עולה עם השנים. התמודדות עם השמנה, דורשת הרגלי תזונה ודיאטה. עיסוק אובססיבי במשקל ודיאטה, הוא אחד הגורמים להפרעות אכילה. הפרעות אכילה עיקריות הן אנורקסיה, שהיא הרעבה עצמית, ובולמיה, המוגדרת כאכילה כפייתית. אחת מדרכי ההתמודדות החברתית עם בעיות אלו, כוללת שימוש בספרות לעזרה עצמית. ספרות זו, אשר צוברת תאוצה בשנים האחרונות, נועדה לתת מענה על צורך מסויים, ומשמשת ככלי עזר לקהל הקוראים הדורש זאת.

במחקרים שנעשו בתחום ספרות זה, נמצא כי השפעתם של ספרים אלו חיובית. למרות שישנם אלו המתנגדים לה, בפועל הנתונים מעידים על צמיחה הולכת וגוברת עם השנים.

המחקר הנוכחי, עוסק בנושא המורחב של תזונה נכונה וכולל את הנושאים הבאים: השמנה, תזונה, דיאטה והפרעת אכילה, בספרות לעזרה עצמית בין השנים 1984-2004.

מטרת המחקר היא לבחון את התפתחות המידע בספרות לעזרה עצמית בנושא תזונה נכונה, על ידי שימוש במחקר כמותי ואיכותי. המחקר האיכותי, מתבסס על שימוש בניתוח תוכן, בו נבדקו סוגי ונושאי ספרות המחקר. המחקר הכמותי, מתבסס על שימוש בביליומטריקה, בו נבדקה תפוצת המידע בספרים הנחקרים. המחקר נועד לענות על שאלות הכוללות, את בדיקת כמות הפרסומים וגדילתם, בנושאי המחקר המרכזיים ומשניים, בנושא המורחב של תזונה נכונה. כמו כן, נבדקו הסוגים הספרותיים. במחקר, הוגדרו ארבעה סוגים ספרותיים. 1. ספרי הדרכה, ספרים המפנים למידע בתחום. 2. ספרי מדע פופולרי, ספרים שנכתבו על ידי חוקרים אך מפורסמים בשפה קלה. 3. סיפורים אישיים, סיפורי בעיות אכילה. 4. ספרים מעורבים, ספרים המכילים את כול הסוגים הנ"ל או חלק מהם. המחקר עמד על קהל היעד אליו פונה הספר: כללי, נשים ועוד. בדיקת המאפיינים ההשכלתיים של כותבי הספרים. בדיקת השימוש בביליוגרפיה. כמוכן, נבדק מהן ההוצאות לאור המרכזיות בתחום, והאם רוב הספרים הם ספרי מקור ישראליים או ספרים מתורגמים.

תהליך העבודה כלל שאלון ניתוח ספרות, שנבנה בכדי לענות על כל שאלות המחקר, בבדיקת כל ספר באופן פרטני. ההחלטה על בדיקת כל ספר לגופו, נעשתה לאחר בדיקה ראשונית לפיה נמצא כי חיפוש ומידע ביבליוגרפי אינו מספיק, ולכן נבדק באופן ישיר. בדיקה ראשונית זו, הובילה גם לבחירת שנות המחקר, בשל ספרים בנושא בשנים שקדמו.

תהליך איסוף הנתונים, נעשה מתוך הספרייה הלאומית, הכוללת את קרית ספר, בה מתפרסם כל ספר שיוצא לאור בארץ. מקורות נוספים ששימשו הם תוכנת אלף-אוניברסיטת בר-אילן ומאגרי ספריות ציבוריות - בית אריאלה. המחקר כלל 165 ספרים.

תוצאות המחקר העלו כי ישנה מגמה הולכת וגוברת, בעיקר מאמצע שנות ה-90 של כמות הספרים המתפרסמת בנושאי המחקר. נמצא כי נושא הספרות בולט הוא תזונה, הכולל כמעט מחצית מספרי המחקר עם 47%. לאחר מכן על פי סדר נושא הדיאטה, השמנה והפרעות אכילה. במרבית הספרים הנבדקים אין נושא משני. מבחינת אחוזים מדובר על 63% מכלל הספרים, כשבספרים שכן ישנם נושא משני החלוקה על פי סדר היא דיאטה, תזונה, השמנה והפרעות אכילה. הסוג הספרותי הבולט הוא הדרכה הכולל 49% מכלל הספרים, אחריו נמצאים ספרים מעורבים עם 38%, סיפורים אישיים עם 8% ומדע פופולרי עם 5%. קהל היעד העיקרי פונה לקהל הרחב עם

80% מכלל הספרים. קיים רוב בולט של כותבים אקדמאים, הכולל 64% מכלל הכותבים, כאשר מתוכם 43% הם אקדמאים בתחום (בעיקר תזונאים ודיאטנים). נמצא כי השימוש בביבליוגרפיה עולה עם השנים. הוצאות לאור מרכזיות בתחום הם: מטר, אור-עם ומודן. קיים רוב לספרות מתורגמת, הכוללת 55% מכלל הספרים. הרוב המוחלט של הספרות המתורגמת היא ספרות אנגלית, כשספרות המקור נמצאת במגמת עלייה ביחס ישיר לשנות המחקר.

מס' מיון בספריה:

615.8516 בן-צור.תז תשס"ו

מס' מערכת בספריה:

1104260