



پروہشگاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

# مطالعه تأثیر سرمایه فرهنگی و مؤلفه‌های آن بر سبک تغذیه‌ای شهروندان شهر مشهد

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۹/۱۰

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۴/۱۱

المیرا عرفانیان قصاب<sup>۱</sup>

محمدحسن شربتیان<sup>۲</sup>

## چکیده

سبک تغذیه یکی از ابعاد سبک زندگی است که شیوه و روش تغذیه‌ی افراد در زندگی روزمره را شامل می‌شود که این سبک از زندگی، متأثر از سرمایه فرهنگی است. هدف اصلی این نوشتار، رابطه بین سبک تغذیه با سرمایه‌ی فرهنگی شهروندان شهر مشهد است به عبارت دیگر، در این پژوهش ابعاد مصرف مواد غذایی، تدارکات غذا، نوع خوردنی‌ها، زمان صرف غذا، مکان غذا خوردن، نحوه‌ی صرف غذا و صرف غذا در مهمانی، برای سبک تغذیه‌ای در نظر گرفته شده است و رابطه این ابعاد با مؤلفه‌های سرمایه فرهنگی (سرمایه متجسد، سرمایه عینی و سرمایه ضابطه‌ای و نهادی) مورد سنجش قرار می‌گیرد. روش تحقیق حاضر، پیمایش و ابزار مورد استفاده پرسش‌نامه خودمحقق ساخته است و جامعه آماری شهروندان شهر مشهد به تعداد ۲۷۶۶۲۵۸ نفر است که بر اساس فرمول کوکران، حجم نمونه‌ای برابر با ۵۱۰ نفر از شهروندان، با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شده‌اند. پایایی میزان آلفای کرونباخ پرسش‌نامه ۰/۹۵ به دست آمده است. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و نتایج نشان داد که بین سرمایه فرهنگی و سبک تغذیه‌ای رابطه‌ی معناداری وجود دارد ( $P \geq 0/000$ ). براساس تحلیل رگرسیون چندگانه، یافته‌ها نشان داد که ۸۸٪ از واریانس متغیر وابسته (سبک تغذیه)، به وسیله متغیر مستقل سرمایه فرهنگی تبیین و پیش‌بینی شده است و میزان همبستگی هر

---

۱. دانش‌آموخته کارشناسی ارشد پژوهش علوم اجتماعی دانشگاه فردوسی مشهد، نویسنده مسؤول  
Elmira\_erfaniyan@yahoo.com  
sharbatian@pnu.ac.ir

۲. عضو هیأت علمی گروه جامعه‌شناسی دانشگاه پیام نور

کدام از ابعاد سرمایه متجسد ۰/۸۹، سرمایه عینی ۰/۸۷ و سرمایه نهادی ۰/۸۹ با سبک تغذیه‌ای شهروندان، بیانگر این نکته است که سرمایه فرهنگی و مؤلفه‌های آن می‌تواند پیش‌بینی‌کننده قدرتمندی برای سبک تغذیه‌ای باشد.

**واژگان کلیدی:** سبک تغذیه، سبک زندگی، سرمایه فرهنگی، شهروندان، مشهد

### مقدمه

امروزه سبک و شیوه زندگی که افراد برای خود در جامعه برمی‌گزینند، مفهومی است که بسیار مورد توجه قرار گرفته است، زیرا با شناسایی درست این مفهوم چندبعدی و پیچیده، می‌توان به بسیاری از سؤال‌ها و مسائلی که در جامعه انسانی وجود دارد، پاسخ داد و بهترین راه‌حل‌ها را برای آنها برگزید. شیوه زندگی افراد که از آن به‌عنوان سبک زندگی<sup>۱</sup> یاد می‌شود، مفهومی است که بحث‌های اولیه در مورد آن به دهه‌ی ۱۹۷۰ میلادی برمی‌گردد. امروزه با توسعه زندگی شهری و به موازات افزایش اهمیت مباحث تمایز و هویت‌یابی، سبک زندگی بیش از گذشته اهمیت یافته است. انسان شهرنشین با به‌کارگیری سبک زندگی تلاش می‌کند منزلت اجتماعی خود را به دیگران نشان دهد، کاری که در جوامع کوچک لازم نبود. وقتی دنیای اجتماعی متحول می‌شود، به همان نسبت به مفاهیمی نو برای درک آن نیازمندیم و سبک زندگی از جمله همان مفاهیم نویی است که در دنیای امروز زیاد از آن استفاده می‌شود.

مطالعه سبک زندگی قابلیت بیشتری برای شناخت دقیق‌تر از رفتارها و پیش‌بینی آنها را داراست. بررسی رفتارهای واقعی با رویکرد کشف انسجام و الگومند یا به‌عبارتی مطالعه سبک زندگی، می‌تواند جایگزینی مناسب برای بررسی نگرش‌ها و ارزش‌ها باشد (فاضلی، ۱۳۸۲: ۱۶۹). سبک زندگی را می‌توان به شیوه زندگی طبقات و گروه‌های اجتماعی مختلف جامعه تعبیر کرد که در آن افراد جامعه با پیروی از الگوهای رفتاری، با روش‌ها، هنجارها و ارزش‌های اجتماعی، یا انتخاب نهادهای فرهنگی و منزلتی خاص، تعلقات خود را نسبت به آن هویدا می‌کنند (رسولی، ۱۳۸۲: ۵۵). بنابر گفته وبر<sup>۲</sup> سبک زندگی

1. Life Style  
2. weber

هم چون پاره فرهنگ متمایز کننده طبقات اجتماعی در درون فرهنگ اصلی جامعه در نظر گرفته می شود (همان: ۵۹). در واقع، سبک زندگی، شیوه زندگی فرد است و عواملی هم چون ویژگی های شخصیتی، تغذیه، ورزش، خواب، مقابله با استرس، حمایت اجتماعی و حتی استفاده از دارو را شامل می شود (Cockerham, 2005: 1317). یکی از راه های درک بهتر مفهوم سبک زندگی، بررسی عناصر و مؤلفه هایی است که برای سبک زندگی در نظر گرفته شده اند. منظور از مؤلفه، اموری هستند که مصداق عینی سبک زندگی محسوب می شوند. تغذیه و رفتارهایی مانند عادات غذایی یکی از مؤلفه ها و مصداق های عینی سبک زندگی است. خوراک علاوه بر جنبه فردی، با جنبه اجتماعی و فرهنگی و در نهایت، با سبک زندگی انسان در ارتباطی تنگاتنگ است. انسان شناسان، عادات غذایی را به عنوان کلیتی پیچیده از فعالیت های آشپزی، تمایل ها و تنفرها، آگاهی جمعی، اعتقادات، تابوها، موهومات وابسته به تولید، تهیه، مصرف غذا و در کل، به عنوان یک مفهوم فرهنگی می نگرند. غذاها بیشتر از دیگر مصنوعات فرهنگی، بیانگر هویت انسان هایی هستند که از آن استفاده می کنند (شاه حسینی، ۱۳۹۲: ۶). ابونصر فارابی در کتاب آراء اهل المدینه الفاضله می نویسد: «نوع تغذیه ی آدمیان سبب اختلاف در خلقت و خلق و خوی طبیعی مردمان و در نهایت، روش زندگی آنان می گردد» (راوندی، ۱۳۸۲: ۴۰۴). از آن جا که همه افراد در اجتماع متولد می شوند و تحت تعلیم و جامعه پذیری هنجارهای آن جامعه قرار می گیرند و هر جامعه ای فرهنگ خاص خود را در ارتباط با عادت های غذایی دارند، بنابراین ساختارهای گروهی و اجتماعی به هر نحوی بر سبک غذایی افراد تأثیرگذار است. غذا فقط غذای آماده نیست، انتخاب نوع غذا و مصرف آن در شبکه پیچیده ای از فرهنگ، عوامل فردی و اجتماعی اتفاق می افتد (علیزاده اقدم، ۱۳۸۹: ۲۸۷). برای برنامه ریزی صحیح و درست در زمینه سبک تغذیه ای مناسب، توجه به ابعاد فرهنگی و اجتماعی تأثیرگذار بر آن، از اهمیت فراوانی برخوردار است. یکی از ابعاد تأثیرگذار بر سبک تغذیه ای، سرمایه ی فرهنگی است. افراد از طریق سرمایه ی فرهنگی، شیوه ی رفتار و گفتار خود و همین طور نحوه ی عمل اجتماعی و حتی انتخاب های خود را از دیگر طبقات جدا می کنند، به طوری که

این طبقه با داشتن امکانات و ملزومات فرهنگی، از لحاظ ذهنی و عینی در ساختاری قرار می‌گیرند که خود را از دیگر طبقات جامعه جدا می‌دانند و این جدایی موجب می‌شود تا دست به انتخاب‌های متفاوتی در زمینه‌ی تغذیه و غذا بزنند.

### بیان مسأله

سبک زندگی یکی از مفاهیمی است که در دهه‌های حاضر جایگاه‌های بسیار ممتازی را در تحقیقات علوم انسانی، به خصوص علوم اجتماعی به خود اختصاص داده است. موضوع سبک زندگی به صورت مستقیم و غیرمستقیم از ابتدای طرح نظریات جامعه‌شناسانی همچون وبر<sup>۱</sup>، گیدنز<sup>۲</sup>، وبلن<sup>۳</sup>، بوردیو<sup>۴</sup>، پیترسون<sup>۵</sup> و ... مورد توجه قرار گرفته است. سبک زندگی، شیوه زندگی کردن است که شامل رفتارهای عینی در قالب مصرف می‌شود (مجدی و دیگران، ۱۳۸۹: ۱۳۹) و می‌توان از آن به عنوان برچسب<sup>۶</sup> و نمودی کامل از فرهنگ نام برد که ابعادی هم‌چون الگوی تعاملات، پوشش، تغذیه، گذران اوقات زندگی و فراغت (رازنهان، ۱۳۹۱: ۱۷۳)، رفتار بهداشتی، مصرف فرهنگی، رفتار درون منزل، طراحی منزل، بهره‌گیری از هنر و رسانه‌های اجتماعی (Kirchberg, 2007: 121)، شیوه‌های عملی و اخلاقی (از کیا و حسینی، ۱۳۸۹: ۲۴۵) و فعالیت‌های فیزیکی (Horowitz, 2002: 146) را شامل می‌شود. در حقیقت، سبک زندگی را باید تبلور و تجسم عینی فرهنگ در هر جامعه دانست. در طول دهه‌های اخیر، سبک زندگی بسیاری از مردم دنیا به خصوص کشورهای توسعه‌یافته تغییر کرده است. نشانه‌های فراوانی از وقوع تغییرات در جوامع و از جمله جامعه ما مشاهده می‌گردد. نوع معماری، نحوه پوشش، ظهور مشاغل جدید، تنوع رسانه‌ها و افزایش جمعیت شهرنشین، از جمله این نشانه‌هاست (کرمی‌قهی و زادسر، ۱۳۹۲: ۸۶). رشد شهرنشینی هم به ترویج پدیده مصرف مادی، کمک شایانی کرد. از

- 
1. Veber
  2. Giddens
  3. Veblen
  4. Bourdieu
  5. Peterson
  6. label

نظر عده‌ای از تحلیلگران، شهر، مرکز یا محل اصلی مصرف به‌شمار می‌رود (علی‌خواه، ۱۳۹۲: ۷۹) و شهرنشینان سبک زندگی مصرف‌گرایی را بر سبک زندگی سنتی برتر می‌دانند. در زندگی شهری، فرد دچار تبوتاب خرید کالاهاست و اساس و اهداف زندگی خود را دستیابی به کالاها قرار داده است. در واقع، افراد در جامعه در صددند از طریق تنوعی که در انتخاب شغل، محل زندگی، آرایش و پوشاک، تغذیه، سلیقه‌های هنری و زیباشناختی، انتخاب سرگرمی‌ها و نحوه‌ی گذران اوقات فراغتی که وجود دارد و حتی با استفاده از شیوه‌های عملی و اخلاقی و دینی، خود را در جامعه از دیگران متمایز کنند.

از نظر وبر در سبک زندگی به‌جای تولید و مالکیت ابزار تولید و کالاها، مصرف کالاهاست که سبک زندگی افراد و طبقه افراد را نشان می‌دهد (Abel, Cockerham & Adamz, 1997: 336). امروزه، مردم با انتخاب‌های مصرفی‌شان شناخته می‌شوند و این هویت‌شان را شکل می‌دهد. بنابراین، افراد به‌دنبال ایجاد تمایز بین خود و دیگران هستند و یا می‌خواهند با نوع مصرف غذایی، خود را نشان دهند که به گروه خاصی تعلق دارند و می‌خواهند با مصرف بعضی از غذاها یا در بعضی از مکان‌ها، مانند قهوه‌خانه<sup>۱</sup>، طبقه و موقعیت اجتماعی خود را به رخ دیگران بکشند. در نتیجه، غذا و تجربه خوردن می‌تواند به تمایز اجتماعی منجر شده و به هویت افراد شکل ببخشد (Germov & Williams, 2004: 201-202). تغییر در سبک زندگی، تبدیل به مسأله‌ای برای مردم شده است (رسولی و حاتمی، ۱۳۹۱: ۶۴). در واقع، تغییر در سبک زندگی، یکی از دستاوردهای نوین<sup>۲</sup> بوده که جامعه بویژه جامعه شهری به آن دچار شده است. یکی از مواردی که دلالت بر تغییر سبک زندگی دارد، تغییر در شیوه تغذیه است (کوهی، مبارک و عبدی، ۱۳۹۲: ۱۵۹).

امروزه بیماری‌های غیرواگیر و مزمن (قلبی- عروقی، سرطان و دیابت) به‌عنوان مهم‌ترین عوامل مرگ‌ومیر در جهان شناخته شده و شیوع آنها در حال افزایش است (Remington & Brownson, 2011: 47). در حقیقت، عامل مهمی که در بروز

---

1. Coffee Shop  
2. Modern

این بیماری‌ها دخیل است، عادات و سبک غذایی یا تصمیمات همیشگی افراد در رابطه با دریافت غذاست. بررسی‌های متعدد نشان داده‌اند که مصرف غذاهای فوری<sup>۱</sup> که حاصل سبک زندگی نوین است و روش‌های نادرست طبخ غذا با بروز این بیماری‌ها در ارتباط است (Klumbiene & Petkeviciene, 2004: 392; Mcleod & Campbell, 2011: 700)

سبد مصرفی خانوارهای شهری حاکی از آن است که در بین هزینه‌های خوراکی، بیشترین سهم با ۲۵/۶٪ مربوط به هزینه گوشت؛ میوه‌ها و سبزی‌ها با ۱۸/۵٪؛ آرد، رشته، نان، غلات و فرآورده‌های آن با ۱۸/۴٪ و شیر و فرآورده‌های آن و تخم پرندگان با ۱۰/۸٪ در مراتب بعدی قرار داشته است (هژبرکیانی و حاجی‌ها، ۱۳۹۰: ۳۹). امروزه ارتباط سبک تغذیه و انتخاب غذا با سلامت افراد جامعه به‌طور کامل مورد تأیید و تأکید است (پاسدار و دیگران، ۱۳۹۰: ۲۶). سبک تغذیه تنها یک موضوع زیستی نیست، بلکه می‌توان بروز و یا ظهور اجتماعی آن را در ابعاد مختلف زندگی مشاهده کرد. سبک تغذیه دارای ابعادی هم‌چون میزان مصرف مواد غذایی، تدارکات غذا، نوع خوردنی‌ها، مکان و زمان صرف غذا، نحوه صرف غذا، آداب غذا خوردن، شیوهی پذیرایی از مهمان و یا مهمانی رفتن است که از عواملی تأثیر می‌پذیرد.

سبک زندگی مؤلفه‌ای پویا است که حیطه‌های وسیعی را دربرمی‌گیرد. سبک زندگی دارای ابعاد مختلف و گوناگونی است که هر کدام از این ابعاد خود به‌طور مجزا می‌توانند از عوامل دیگری تأثیرپذیری داشته باشند. همان‌طور که گفته شد، تغذیه یکی از ابعاد سبک زندگی است که خود نمودی از فرهنگ است. غذا نشان دهندهی آداب و رسوم و هویت فرهنگی مردم یک جامعه است. تفاوت‌های غذایی نشان دهندهی تفاوت‌های فرهنگی است. غذا یکی از اصلی‌ترین نشانه‌ها و نمادهای متمایز کنندهی انواع فرهنگ در میان ملل مختلف است. پخت و انتخاب غذا همان‌طور که یکی از نموده‌های فرهنگ است، از عوامل فرهنگی نیز تأثیر می‌پذیرد. افراد با توجه به نوع فرهنگی که در آن رشد یافته‌اند و ارزش‌ها و هنجارهایی که به‌دلیل زندگی در جامعه

در خود درونی کرده‌اند و اندوخته‌ی فرهنگی که جمع کرده‌اند، دست به انتخاب غذا و انتخاب نوع پخت غذا می‌زنند. در اینجا منظور از اندوخته‌ی فرهنگی، سرمایه‌ی فرهنگی<sup>۱</sup> است. مسأله‌ی رابطه‌ی بین سبک زندگی و سرمایه‌ی فرهنگی، محور اصلی مباحثی است که امروزه در جامعه‌شناسی فرهنگ و مطالعات فرهنگی مطرح است. سرمایه‌ی فرهنگی دربرگیرنده‌ی تمایلات پایدار فرد است، یعنی شامل گرایش‌ها و عاداتی است که در طی یک فرایند جامعه‌پذیری حاصل می‌شود. سرمایه‌ی فرهنگی و سبک زندگی واحد، تعاملی دوسویه‌اند. سرمایه‌ی فرهنگی فرد یا خانواده می‌تواند سبب ایجاد برخی سبک‌های زندگی شود و سبک زندگی نیز می‌تواند در جهت افزایش سرمایه‌ی فرهنگی عمل کند. سرمایه‌ی فرهنگی، تمرکز و انباشت انواع مختلف کالاهای ملموس و غیرملموس فرهنگی است. شناسایی ارتباط بین سرمایه‌ی فرهنگی و سبک تغذیه‌ای حائز اهمیت فراوانی است. چرا که سبک تغذیه‌ای جدا از میزان دریافت‌های غذایی می‌تواند در بروز بیماری‌ها مؤثر باشد و سلامت افراد جامعه را به خطر اندازد که این خود می‌تواند تبدیل به مانعی در سر راه رشد و توسعه‌ی کشور گردد. از آن جا که مطالعات انجام شده در این زمینه محدود است و در ایران تاکنون مطالعه‌ای که ارتباط سرمایه‌ی فرهنگی را با سبک تغذیه‌ای به‌طور اخص بسنجد، هنوز منتشر نشده است، لذا مطالعه‌ی حاضر در صدد پاسخ دادن به سؤالات زیر است:

۱- ارتباط بین سرمایه‌ی فرهنگی با سبک تغذیه‌ای شهروندان شهر مشهد چگونه است؟

۲- تعیین و برآورد سطح سبک زندگی تغذیه‌ای و ابعاد آن در میان شهروندان شهر مشهد چگونه است؟

۳- تعیین و برآورد سرمایه‌ی فرهنگی و ابعاد آن در میان شهروندان شهر مشهد چگونه است؟

پیرامون دو مقوله سبک زندگی و سرمایه‌ی فرهنگی، تحقیقاتی به شکل مجزا و یا به شکل توأم، صورت گرفته است، اما آن چه برای این پژوهش حائز اهمیت است، تحقیقاتی



است که ارتباط فی مابین بعد سبک تغذیه در سبک زندگی و سرمایه‌ی فرهنگی را مورد توجه قرار داده باشند. با این وجود، تعدادی از پژوهش‌های مرتبط ارائه شده است. به منظور سهولت در فهم و مقایسه‌ی داده‌ها و نتایج به دست آمده، جدول ۱ تهیه شده است تا یافته‌های حاصل شده به شکل چکیده و خلاصه در دسترس باشد.

جدول ۱) خلاصه‌ی پیشینه پژوهشی مرتبط با رابطه‌ی بین سرمایه‌ی فرهنگی و سبک تغذیه

عنوان تحقیق، جامعه مورد مطالعه	نام محقق و سال انتشار تحقیق	روش اصلی تحقیق و خلاصه یافته‌ها
بررسی رابطه‌ی بین سرمایه‌ی فرهنگی و سبک زندگی در بین مردان شهر زاهدان	گنجی، حسین‌بر و کریمیان (۱۳۹۴)	روش اصلی تحقیق: پیمایش خلاصه یافته‌ها: بین سرمایه فرهنگی مدرن با سبک زندگی مدرن از یک سو و سرمایه‌ی فرهنگی سنتی با سبک زندگی سنتی از سوی دیگر، رابطه‌ی مستقیم، مثبت و معنی‌داری وجود دارد. سرمایه اجتماعی دارای رابطه‌ی معنی‌داری با سبک زندگی سنتی است، اما رابطه‌ی آن با سبک زندگی مدرن معنادار نبوده است.
ارتباط وضعیت اقتصادی-اجتماعی با عادات تغذیه‌ای در زنان ساکن شمال شرق ایران	عشقی نیا و دیگران (۱۳۹۳)	روش اصلی تحقیق: پیمایش خلاصه یافته‌ها: افرادی که در رده اقتصادی-اجتماعی بالاتری قرار داشتند، نسبت به افراد رده پایین‌تر، از امتیاز عادات غذایی بالاتری برخوردار بودند و ارتباط معنی‌داری بین وضعیت اقتصادی-اجتماعی با عادات غذایی مشاهده شد، به طوری که افراد با وضعیت اقتصادی-اجتماعی بالا، دارای عادات غذایی سالم‌تری می‌باشند.
مناسبات سرمایه‌ی فرهنگی و سبک زندگی در میان شهروندان طبقه‌ی متوسط شهر سنندج	محمدی، ودادهیر و محمدی (۱۳۹۱)	روش اصلی تحقیق: پیمایش خلاصه یافته‌ها: بین سرمایه‌ی فرهنگی و اشکال آن با سبک زندگی، رابطه‌ی مثبت و معناداری وجود دارد و در بین اشکال مختلف سرمایه‌ی فرهنگی، نوع سرمایه‌ی فرهنگی تجسم یافته دارای بیشترین رابطه با سبک زندگی است.
بررسی سبک زندگی جوانان در شهر تهران و عوامل مؤثر بر آن	زارع و فلاح (۱۳۹۱)	روش اصلی تحقیق: پیمایش خلاصه یافته‌ها: در این پژوهش سبک‌های زیبایی‌شناختی- لذت‌جویانه، کارکردگرایانه، خرده‌فرهنگی و انفعالی به عنوان انواع سبک زندگی شناسایی شدند. بر اساس نمرات میانگین انواع سبک زندگی، بیشترین میانگین در سبک زندگی لذت‌جویانه و کمترین میانگین مربوط به سبک زندگی منفعلانه است و سه متغیر سرمایه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی، در مجموع ۱۹ درصد از واریانس سبک زندگی را تبیین می‌کنند.

<p>روش اصلی تحقیق: پیمایش</p> <p>خلاصه یافته‌ها: تمامی سبک‌های زندگی با مدیریت بر ظاهر و هم‌چنین با تغییر شکل اندام، رابطه داشته‌اند. سبک‌های مدرن ورزشی - موسیقی، فراغتی، مشارکت‌های جدید، مذهبی و در نهایت، موسیقی سنتی روی هم توانسته‌اند مدیریت زنان بر ظاهرشان را با ۴۵٪ تبیین کنند و متغیرهای سبک مشارکتی جدید، ورزشی-موسیقی جدید، موسیقی قدیمی و در نهایت فراغتی روی هم توانسته‌اند تغییرات مدیریت و تغییر شکل اندام زنان را با ۳۰/۳٪ تبیین کنند.</p>	<p>خواجه نوری، روحانی و هاشمی (۱۳۹۰)</p>	<p>سبک زندگی و مدیریت بدن</p>
<p>روش تحقیق: پیمایش</p> <p>خلاصه یافته‌ها: سبک غذایی شهروندان بر حسب وضعیت تأهل، جنسیت و وضعیت طبقه متفاوت بوده و سن، شاخص حجم بدن، سرمایه‌های اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی به طرق مختلف بر سبک غذایی تأثیرگذار است.</p>	<p>علیزاده اقدم (۱۳۸۹)</p>	<p>تحلیل جامعه‌شناختی سبک غذایی شهروندان تبریزی</p>
<p>روش اصلی تحقیق: پیمایش</p> <p>خلاصه یافته‌ها: بین سبک زندگی و سرمایه‌های فرهنگی و سرمایه‌های اقتصادی والدین، رابطه‌ی معنادار وجود دارد. بیشترین تمایز سبک زندگی بین قشر بالا (هم سرمایه‌های فرهنگی و هم سرمایه‌های اقتصادی زیاد) و قشر پایین (سرمایه‌های فرهنگی و اقتصادی کم) مشاهده شد.</p>	<p>مجدی و دیگران (۱۳۸۹)</p>	<p>سبک زندگی جوانان شهر مشهد و رابطه‌ی آن با سرمایه‌های فرهنگی و اقتصادی والدین</p>
<p>روش تحقیق: پیمایش</p> <p>خلاصه یافته‌ها: در کشورهای در حال توسعه‌ی آسیا، مانند هند و ویتنام بین پایگاه اقتصادی و اجتماعی و تغذیه ناسالم، رابطه‌ی مثبتی وجود دارد، اما در کشورهای توسعه یافته مانند ژاپن و کره بین پایگاه اقتصادی و اجتماعی و تغذیه ناسالم، رابطه‌ی منفی وجود دارد.</p>	<p>مورایاما (Murayama, 2015)</p>	<p>تأثیر پایگاه اقتصادی و اجتماعی بر نوع تغذیه در آسیا<sup>۱</sup></p>
<p>روش تحقیق: مرور نظام مند<sup>۳</sup></p> <p>خلاصه یافته‌ها: در این پژوهش ۱۱۳ مطالعه مورد بررسی قرار گرفت که تمام مؤلفه‌های سرمایه‌های فرهنگی را دربرمی‌گیرد. نتایج این بررسی‌ها نشان داد که سرمایه‌های فرهنگی و پایگاه اقتصادی و اجتماعی، دارای رابطه‌ی مثبت با یکدیگر می‌باشند و بین سرمایه‌های فرهنگی و انتخاب غذای سالم، رابطه‌ی مثبت وجود دارد و سرمایه‌های فرهنگی تعیین کننده نوع انتخاب غذا است.</p>	<p>کمفیوز، جانسن و فرانک (Kamphuis, Jansen &amp; Frank, 2015)</p>	<p>رابطه‌ی نظریه‌ی سرمایه‌های فرهنگی بوردیو با انتخاب نوع غذا<sup>۲</sup></p>
<p>روش تحقیق: توصیفی - تحلیلی</p> <p>خلاصه یافته‌ها: انتخاب نوع غذا در میان افراد با سن، نژاد، فرهنگ و سطح فعالیت‌های فیزیکی گوناگون، متفاوت است. سبک تغذیه و انتخاب نوع غذا تحت تأثیر عوامل فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی قرار دارد.</p>	<p>گانشنگ (Guansheng, 2015)</p>	<p>غذا، رفتارهای انتخاب غذا، فرهنگ در چین<sup>۴</sup></p>

با توجه به بررسی تحقیقات انجام شده در زمینه‌ی سبک تغذیه و سرمایه‌های فرهنگی، می‌توان مشاهده کرد که چه در ایران و چه در خارج از ایران، به‌طور جامع به بررسی سبک تغذیه و ابعاد آن پرداخته نشده است. هم‌چنین در هیچ کدام از پژوهش‌های انجام شده در داخل و خارج ایران، رابطه بین سرمایه‌های فرهنگی با سبک تغذیه مورد توجه قرار نگرفته است و تنها پژوهشی که در طی بررسی‌های به‌عمل آمده‌ی محقق در

این زمینه انجام شده است، پژوهش کمفیوز، جانسن و فرانک در سال ۲۰۱۵ با عنوان "رابطه نظریه سرمایه‌ی فرهنگی بوردیو با انتخاب نوع غذا" است که در این پژوهش نیز تنها به یکی از ابعاد سبک تغذیه که انتخاب نوع غذا است، پرداخته شده است و روش مورد استفاده در این پژوهش، روش مروری نظام مند بوده است. این در حالی است که در تحقیق حاضر، رابطه سرمایه‌ی فرهنگی با سبک تغذیه‌ای با توجه به تمام ابعاد آن مورد بررسی قرار می‌گیرد و دیگر این که در این پژوهش، روش تحقیق، پیمایشی است که با روش تحقیق کیفی، متمایز است.

### چارچوب نظری

در این قسمت ابتدا مفهوم سبک زندگی و سپس مؤلفه‌ی سبک تغذیه شرح داده خواهد شد. سپس در مورد عامل مؤثری (سرمایه‌ی فرهنگی) که در این تحقیق تأثیر آن بررسی می‌شود و همچنین نظریات مربوط به آن، توضیحاتی ارائه خواهد شد.

### سبک زندگی

به باور وبر سبک زندگی عبارت از روش‌هایی است که طبقات و گروه‌های هم‌مرتب از نوعی از زندگی پدید می‌آورند و شامل الگوهای فرهنگی رفتار و مجموعه‌هایی از عادات اجتماعی ویژه باورهاست (Abel, 1991: 321).

کلاک<sup>۱</sup> سبک زندگی را این‌گونه تعریف کرده است: مجموعه‌ها یا الگوهای خودآگاه و دقیقاً توسعه یافته ترجیحات فردی در رفتار شخصی مصرف کننده و مک‌کی<sup>۲</sup> سبک زندگی را الگویی برآمده از ارزش‌ها و باورهای مشترک یک گروه یا جامعه می‌داند که به صورت رفتارهای مشترک ظاهر می‌شود (الفت و سالمی، ۱۳۹۱: ۲۰) زیمل<sup>۳</sup>، وبلن و وبر از عناصری به‌عنوان مؤلفه‌های سبک زندگی در کتاب‌های خود یاد کردند و عناصر شیوه‌ی تغذیه، خودآرایی، آرایه‌گری منزل و شیوه‌ی گذراندن اوقات فراغت را به‌عنوان مؤلفه‌های سبک زندگی نام بردند (مهدوی کنی، ۱۳۸۷: ۲۱۱).

1. Clock
2. McKee
3. Simmel

آدلر<sup>۱</sup> سبک زندگی را شامل همه رفتار، افکار، احساسات فرد و حرکتش به سوی هدف می‌داند. از نظر گیدنز سبک‌های زندگی رفتارهای عادی روزمره هستند که در قالب عادات لباس پوشیدن، خوردن و محیط‌های موردپسند برای تعامل با دیگران، خود را نشان می‌دهد (شهابی، ۱۳۸۶: ۳۷).

با استفاده از مفهوم فضای اجتماعی، سبک‌های زندگی مختلف را نشان می‌دهد. فضای اجتماعی به این ترتیب ساخته می‌شود که عاملان و گروه‌ها بر اساس حجم و میزان سرمایه‌ی اقتصادی و فرهنگی، با برخی وجوه اشتراک می‌یابند و با برخی فاصله پیدا می‌کنند. نتیجه این که هر قدر سرمایه فرد بیشتر باشد، در فضای اجتماعی در موقعیت بالاتری قرار می‌گیرد (گیبینز و ریمر، ۱۳۸۱: ۱۱۶). بوردیو استدلال می‌کند مردمی که در یک فضای اجتماعی قرار دارند دارای مشابهت‌های بسیار هستند، حتی اگر هرگز یکدیگر را ندیده باشند. لذا این‌ها دارای ذائقه‌های مشابه و سبک زندگی مشابه هستند (بوردیو، ۱۳۸۹: ۳۳).

لسلی، لارسون و گورمن (Leslie, Larson & Gorman, 1994: 368) در مورد سبک زندگی می‌گویند: «رفتارهایی که با قشربندی حیثیتی و اعتباری مرتبطند، سبک زندگی نامیده می‌شوند. سبک زندگی فقط آن‌چه یک فرد از آن موارد دارد نیست، بلکه چگونگی نمایش آنها توسط فرد است. سبک زندگی هم‌الگوهای مصرف را شامل می‌شود و هم قدرتی که از این ناحیه کسب می‌شود. سلیقه، آداب معاشرت، و شیوه‌ی تغذیه به منزله علائم داشتن جا در نردبان اجتماعی شناخته می‌شوند».

## سبک تغذیه<sup>۲</sup>

همان‌طور که بیان گردید، یکی از مؤلفه‌های سبک زندگی، سبک تغذیه است. در واقع، سبک تغذیه به الگوی خاص فعالیت‌های روزمره در زمینه‌ی رفتار تغذیه‌ای اشاره دارد که یک فرد یا گروه را از دیگران متمایز می‌کند. در حقیقت این نوع سبک زندگی، شکل جدید گروه‌بندی منزلتی است و بر اساس سازمان اجتماعی مصرف، می‌تواند تعیین

1. Adler

2. Nutrition style

کننده‌ی ساختار طبقاتی در نظر گرفته شود. به طور کلی، می‌توان بیان کرد که منظور از سبک‌های تغذیه‌ای، شیوه‌هایی است که افراد جامعه در رفتار تغذیه‌ای خود، از آن تبعیت کرده و به لحاظ منزلتی از دیگران متمایز می‌شوند. بل (Bell, 2005: 152) معتقد است بر اساس مطالعات بوردیو، هم ترجیحات غذایی و هم آداب چیدن میز غذا و شیوه‌ی پخت غذا شاخص‌های مهم سبک زندگی هستند. براساس دیدگاه آلن وارد<sup>۱</sup> (۱۹۹۷) در تبیین عوامل مؤثر بر شیوه‌ی تغذیه افراد می‌توان چهار روند کلی اجتماعی را تشخیص داد: تمایز فردی، تخصصی شدن مشاغل، تمایز اجتماعی و استانداردسازی (جورمو و ویلیامز، ۱۳۹۴: ۲۹).

یکی از نمودهای سبک تغذیه در قرن بیستم، مک‌دونالدی شدن است. ریتزر<sup>۲</sup> در کتاب مک‌دونالدی شدن جامعه، با استفاده از اصطلاح مک‌دونالدی شدن به صورت استعاره‌ای نوین از گسترش عقلانیت دیوانسالاری<sup>۳</sup> در سراسر زندگی اجتماعی، مفهوم عقلانی‌سازی ماکس وبر را بسط می‌دهد. مک‌دونالدی شدن غذا به روندی اشاره دارد در جهت استانداردسازی تولید و مصرف غذا. در سال‌های اخیر فرایند مک‌دونالدی شدن غذا بر میزان تغذیه‌ی مردم، روابط اجتماعی غذا خوردن، تدارک وعده‌ی غذایی مؤثر بوده است (همان: ۳۰).

### سرمایه فرهنگی

مطابق نظریه سرمایه فرهنگی، دارندگان سرمایه‌ی فرهنگی، زیاد خود را با مصرف فرهنگ و هنر متعالی از بقیه متمایز می‌کنند. داشتن سرمایه‌ی فرهنگی بیشتر به معنای داشتن توان شناختی بالاتر است. به این ترتیب سرمایه‌ی فرهنگی بر اساس مسیر فردی - ذهنی سبب گرایش افراد به سبک زندگی خاص می‌شود. سرمایه‌ی فرهنگی رفتارها، نگرش‌ها و اظهارنظرهای فرد را هدایت کرده و از طرف دیگر، در انتخاب‌های وی در زندگی روزمره نقش اساسی دارد (ایزدی و جویباری، ۱۳۹۳: ۳۸).

1. Elen Ward
2. Ritzer
3. Bureaucracy

### سرمایه فرهنگی از نگاه بورديو

از نظر بورديو، سرمایه‌ی فرهنگی بازتابنده طبقه اجتماعی صاحب آن سرمایه است. منش عادت‌ی یا عادت‌واره از نگاه بورديو، مجموعه پایدار از خلق و خوی‌هایی است که امکان تغییر از یک موضع به موضع دیگر را دارند. وی ثابت کرده است که طبقات و گروه‌های شغلی خاص، سلیق متمایزی در موسیقی، هنر، غذا و غیره دارند. این گفته، مؤید این نظر اوست که سرمایه‌ی فرهنگی (که سلیقه تنها یکی از شاخص‌های آن است) به وسیله موقعیت اجتماعی و طبقه اجتماعی افراد شکل می‌گیرد. به عبارت دیگر، سلیق فرهنگی مردم، تحت تأثیر طبقه آنها قرار دارد (اسمیت، ۱۳۸۷: ۲۲۰).

۱. سرمایه متجسد<sup>۱</sup>: حافظه، مهارت‌های تجربی و رفتاری و معلومات کسب شده، از سرمایه‌های متجسد محسوب می‌شوند. از مشخصه‌های این سرمایه، می‌توان به پیوستگی و درون‌یافتگی آن اشاره کرد. سرمایه‌ی متجسد همان مهارت‌ها و توانایی‌های اکتسابی است. از نظر بورديو (۱۳۸۹: ۱۳۹) اکثر خواص و کارکردهای سرمایه‌ی فرهنگی در همین بعد ریشه دارد.

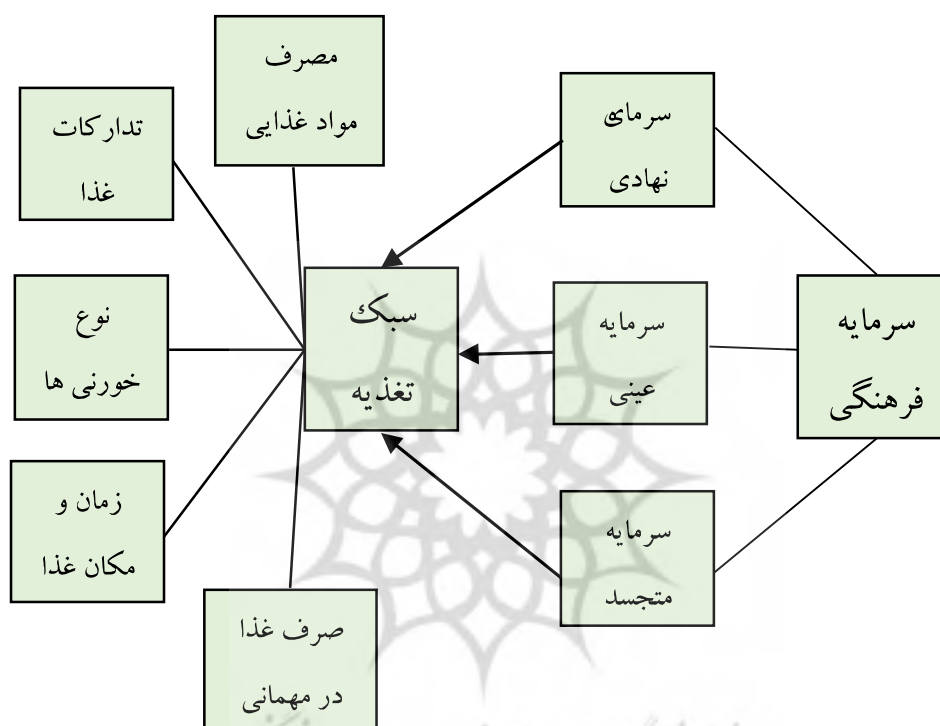
۲. سرمایه عینی- فرهنگی<sup>۲</sup> (کالاها): مجموعه میراث‌های فرهنگی، آثار ادبی و شاهکارهای هنری را سرمایه عینی- فرهنگی می‌نامند. منظور، آن سنخ سرمایه‌هایی است که به شکل کالاهای فرهنگی (تصویرها، کتاب‌ها، لغت‌نامه‌ها، نرم‌افزارها و ...) در خارج از ذهن تحقق می‌یابند. سرمایه فرهنگی عینیت یافته دارای یک رشته از ویژگی‌هاست که تنها می‌توان از طریق رابطه سرمایه‌ی فرهنگی عینیت یافته با سرمایه‌ی فرهنگی بدنی و فردی آنها معین کرد (فصیحی، ۱۳۸۹: ۷۹).

۳. سرمایه نهادی و ضابطه‌ای<sup>۳</sup>: مدارک تحصیلی، مدارک حرفه‌ای و کاربردی از نمونه‌های سرمایه‌ی نهادی و ضابطه‌ای هستند. مدرک تحصیلی سند تخصص فرهنگی است که به دارنده‌اش ارزش قراردادی تضمین شده‌ای ارائه می‌دهد (صالحی امیری، ۱۳۸۶: ۹۲). حال که به مرور هر یک از مؤلفه‌های پژوهش پرداخته شد و از دیدگاه صاحب‌نظران

---

1. Embodied  
2. Objectified  
3. Institutionalized

مشخص گردید که سبک تغذیه (با هر کدام از مؤلفه‌های آن مصرف مواد غذایی، تدارکات غذا، نوع خوردن‌ها، زمان و مکان غذا، صرف غذا در مهمانی) که خود یکی از مؤلفه‌های سبک زندگی است، از عوامل فرهنگی هم‌چون سرمایه‌ی فرهنگی (با هر کدام از مؤلفه‌های آن سرمایه متجسد، سرمایه عینی، سرمایه نهادی) تأثیر می‌پذیرد. با توجه به موارد گفته شده، الگو نظری تحقیق در شکل ۱ ارائه می‌گردد.



شکل ۱) الگو مفهومی از چارچوب نظری (منبع: نگارندگان)

بر اساس این الگو نظری، فرضیه‌های زیر برای تحلیل ارائه می‌گردد:

### فرضیه اصلی

بین سرمایه فرهنگی شهروندان و سبک تغذیه‌ای آنها، رابطه وجود دارد.

### فرضیه فرعی

بین سرمایه متجسد شهروندان و سبک تغذیه‌ای آنها، رابطه وجود دارد.

بین سرمایه عینی شهروندان و سبک تغذیه‌ای آنها، رابطه وجود دارد.

بین سرمایه نهادی شهروندان و سبک تغذیه‌ای آنها، رابطه وجود دارد.

## روش تحقیق

روش این پژوهش، پیمایش از نوع توصیفی - همبستگی و مقطعی است؛ و واحد تحلیل و مشاهده، در سطح خرد (شهروندان) بوده است. روش جمع آوری اطلاعات، پرسشنامه‌ی محقق ساخته و براساس طیف لیکرت است و تمامی گویه‌های پرسشنامه پنج درجه‌ای و به شکل ترتیبی می‌باشد. سپس برای ساخت شاخص‌ها ابتدا پایایی گویه‌های شاخص مورد نظر، مورد بررسی قرار گرفت. پس از آن تحلیل عاملی<sup>۱</sup> صورت گرفت و پس از تأیید گویه‌ها و ویرایش برخی از گویه‌های نامناسب و داده‌های پرت، برای مقایسه روشن تر و بهتر متغیرها به شکل فاصله‌ای، تمامی شاخص‌ها در این تحقیق با استفاده از نمرات عاملی و ترکیب نمرات عاملی گویه‌ها، با روش زیر استاندارد شده‌اند به طوری که درجات نمرات کل شاخص‌ها بین صفر تا ۱۰۰ یکسان شده است و شاخص نهایی، به شکل فاصله‌ای است.

$$\frac{\text{مقدار حداقل} - \text{مقدار واقعی}}{\text{مقدار حداقل} - \text{مقدار حداکثر}} \times 100$$

جامعه آماری پژوهش شامل شهروندان شهر مشهد است که بر اساس آمارنامه‌ی سال ۱۳۹۲، تعداد شهروندان مشهد ۲۷۶۶۲۵۸ نفر است (شهرداری مشهد، ۱۳۹۲: ۶۶). بر اساس فرمول حجم نمونه  $(n = \frac{Nt^2 S^2}{Nd^2 + t^2 S^2})$ ، تعداد نمونه برآورد گردید. در این فرمول،  $t=96/1$  برای ضریب اطمینان ۹۵٪ در نظر گرفته شده است.  $d=0.5$  سطح خطای پذیرفته شده و پیش‌برآورد واریانس  $S^2=331$  که از ۵۰ پرسش‌نامه مربوط به پیش‌آزمون برای متغیر وابسته به دست آمد و حجم نمونه براساس فرمول مذکور، ۵۰۸ نفر به دست آمد که در نهایت، ۵۱۰ نفر در نظر گرفته شد.

$$n = \frac{2766258(1/96)^2 \times 0/331}{2766258(0/05)^2 + (1/96)^2 \times 0/331} = 508/53 \cong 510$$

روش نمونه‌گیری، خوشه‌ای چندمرحله‌ای است که در شکل ۲ فرایند نمونه‌گیری نشان داده شده است:





شکل ۲) روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای (منبع: نگارندگان)

بررسی روایی پرسش‌نامه از طریق روایی صوری<sup>۱</sup> انجام گرفته است. بدین صورت که پرسش‌نامه در اختیار چند تن از اعضای هیأت علمی دانشگاه فردوسی مشهد قرار گرفته و آنها در چند نوبت آن را اصلاح نمودند. هم‌چنین روایی سازه متغیر سبک تغذیه و سرمایه‌ی فرهنگی با استفاده از تحلیل عاملی سنجیده شد. مقدار KMO در اعتبار سازه برای سبک تغذیه ۰/۹۹۲ و برای سرمایه‌ی فرهنگی ۰/۸۷۳ به دست آمد. پایایی ابزار نیز از طریق آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار گرفت که در جدول ۲ نشان داده شده است.

جدول ۲) بررسی پایایی ابزار پژوهش

مؤلفه	میزان آلفای کرونباخ
سرمایه متجسد	۰/۹۷
سرمایه عینی	۰/۹۶
سرمایه نهادی	۰/۸۲
مصرف مواد غذایی	۰/۹۲
تدارکات غذا	۰/۹۱
نوع خوردنی‌ها	۰/۹۴
زمان و مکان غذا	۰/۹۲
نحوه‌ی صرف غذا	۰/۸۹
صرف غذا در مهمانی	۰/۸۹
کل پرسش‌نامه	۰/۹۵

در جدول ۳ و ۴ تعریف عملیاتی متغیرها نشان داده شده است.

جدول ۳) تعریف مفهومی و عملیاتی متغیر وابسته (سبک تغذیه)

متغیروابسته	ابعاد	شاخص	گویه‌ها
سبک تغذیه	مصرف مواد غذایی	تهیه مواد غذایی، انتخاب مواد غذایی، نحوه‌ی نگهداری مواد غذایی، میزان مصرف مواد غذایی	خرید مواد غذایی از فروشگاه‌های بزرگ و معروف شهر توجه کردن به قیمت مواد غذایی در هنگام خرید توجه کردن به خاصیت مواد غذایی به هنگام خرید نگهداری مواد غذایی به شکل منجمد <sup>۵</sup> شده میزان استفاده از مواد غذایی گروه نان میزان استفاده از مواد غذایی گروه میوه‌ها و سبزی‌ها میزان استفاده از مواد غذایی گروه لبنیات میزان استفاده از مواد غذایی گروه گوشت میزان استفاده از مواد غذایی گروه قندی (کیک، شیرینی و ...) میزان استفاده از مواد غذایی گروه تنقلات (آجیل و خشکبار، آدامس، لواشک و ...)
	تدارکات غذا	پختن و آماده کردن غذا، وسایل آماده کردن غذا	میزان پختن غذاهای مدرن و خارجی میزان پختن غذاهای غذای فوری در منزل استفاده از وسایل آشپزی مدرن (ماکروویو، بخارپز و ...) برای آماده کردن غذا استفاده از قابلمه‌ها و ظروف جدید (نسوز، سرامیکی و ...)
	نوع خوردنی‌ها	غذاهای اصلی، مخلفات غذا، نوشیدنی‌ها، پیش‌غذاها	میزان استفاده از گوشت قرمز در هر وعده‌ی غذایی میزان استفاده از گوشت سفید در هر وعده‌ی غذایی میزان استفاده از برنج در هر وعده‌ی غذایی میزان تنوع در وعده‌های غذایی در طول هفته میزان استفاده از غذاهای آماده (کالباس، سوسیس و ...) در طول هفته میزان تنوع در صبحانه میزان استفاده از نوشیدنی‌های مختلف میزان تهیه‌ی پیش‌غذاها و انواع پیش‌غذاهای نوین
سبک تغذیه	زمان غذا	زمان صرف غذا	غذا خوردن در ساعات معینی از روز خوردن سه وعده‌ی اصلی
	مکان غذا خوردن	صرف غذا در منزل، صرف غذا در بیرون از منزل	غذا خوردن پشت میز میزان غذا خوردن در سالن غذاخوری <sup>۶</sup> خارج از منزل
	نحوه‌ی صرف غذا	وسایل غذا خوردن، آداب غذا خوردن	استفاده از ظروف نوین (چینی و نسوز و ...) هنگام غذا خوردن استفاده از ظروف جداگانه (لیوان، بشقاب و ...) هنگام غذا خوردن خواندن دعا و گفتن بسم‌الله قبل از آغاز به خوردن غذا خواندن دعا و گفتن الحمدالله بعد از خوردن غذا
	صرف غذا در میهمانی	میزان پذیرایی از مهمان، نحوه‌ی پذیرایی، میزان شرکت در میهمانی	میزان برگزاری مهمانی که با غذا پذیرایی می‌کنید میزان تنوع غذایی در زمان برگزاری مهمانی میزان صرف غذا در مهمانی

جدول (۴) تعریف مفهومی و عملیاتی متغیر مستقل (سرمایه فرهنگی)

متغیر مستقل	ابعاد	شاخص	گویه‌ها
سرمایه فرهنگی	سرمایه متجسد	میزان وقتی که صرف فعالیت‌های هنری مختلف و یادگیری می‌شود	علاقه‌مند به یادگیری هنرهای مختلف داشتن مهارت در هنرهای مختلف صرف زمان برای خواندن کتاب‌های علمی و غیرعلمی صرف زمان برای خواندن روزنامه و مجله صرف وقت برای یادگیری هنرهای مختلف صرف وقت برای یادگیری فعالیت‌های علمی غیردرسی میزان استفاده از اینترنت برای مطالب علمی
	سرمایه عینی- فرهنگی	داشتن کتاب‌های مختلف، لوح فشرده‌های مختلف، رایانه ای و ...	داشتن کتاب‌های مختلف در زمینه های علمی داشتن رایانه و استفاده از آن برای کارهای علمی رفتن به سینما و تئاتر میزان استفاده از تلفن همراه هوشمند برای فعالیت‌های علمی میزان عضویت در شبکه‌ها و کانال‌های اجتماعی علمی داشتن لوح های فشرده و برنامه‌های علمی
	سرمایه نهادی و ضابطه‌ای	میزان تحصیلات، داشتن مدارک علمی غیردرسی	میزان تحصیلات فرد میزان تحصیلات مادر میزان تحصیلات پدر دارا بودن مدارک علمی غیردرسی (مانند مدرک دوره‌ی زبان، دوره‌ی رایانه ای و ...)

## یافته‌های تحقیق

### توصیف یافته‌های جمعیت‌شناختی

در این تحقیق مهم‌ترین متغیرهای زمینه‌ای هم‌چون جنس، سن، وضعیت تأهل، تحصیلات و درآمد مورد بررسی قرار گرفت. بررسی‌ها نشان داد که ۵۹٪ از پاسخگویان زن و ۴۱٪ مرد هستند. میانگین سنی پاسخگویان ۳۷/۲۹ سال است و از میان پاسخگویان ۷۳٪ متأهل و ۲۷٪ مجرد هستند. بیشترین فراوانی تحصیلات با ۲۳٪ مربوط به گروه لیسانس است. میانگین درآمد خانوار پاسخگویان، ۱۳۵۷ هزار تومان در ماه است.

## توصیف متغیرهای تحقیق و ابعاد آنها

در زیر هر یک از متغیرهای مستقل (سرمایه فرهنگی) و وابسته (سبک تغذیه)، به همراه ابعادشان توصیف گشته‌اند.

جدول ۵) توصیف سبک تغذیه و ابعاد سبک تغذیه

متغیر	ابعاد	میانگین (۵-۱)	انحراف معیار	سطح معناداری مقایسه با میانگین متوسط ۳	وضعیت نسبت به میانگین متوسط ۳
سبک تغذیه	مصرف مواد غذایی	۳/۱۳	۱/۲۵	۰/۰۱۹	بالتر
	تدارکات غذا	۳/۱۰	۱/۲۸	۰/۰۵۵	برابر
	نوع خوردنی‌ها	۳/۱۲	۱/۲۴	۰/۰۲۱	بالتر
	زمان صرف غذا	۳/۱۴	۱/۲۶	۰/۰۱۰	بالتر
	مکان غذا خوردن	۳/۱۰	۱/۲۹	۰/۰۷۳	برابر
	نحوه‌ی صرف غذا	۳/۱۱	۱/۲۴	۰/۰۳۹	بالتر
	صرف غذا در مهمانی	۳/۱۲	۱/۲۷	۰/۰۲۷	بالتر
سبک تغذیه		۳/۱۲	۱/۲۴	۰/۰۲۷	بالتر

همان‌طور که در جدول ۵ مشاهده می‌شود بیشترین میانگین مربوط به بعد مصرف مواد غذایی (۳/۱۳) و کم‌ترین میانگین مربوط به بعد تدارکات غذا (۳/۱۰) و مکان غذا خوردن (۳/۱۰) است. میانگین کل سبک تغذیه (۳/۱۲)، از میانگین متوسط (۳) بالاتر است و با آن تفاوت معناداری دارد.

جدول ۶) توصیف سرمایه فرهنگی و ابعاد سرمایه فرهنگی

متغیر	ابعاد	میانگین (۵-۱)	انحراف معیار	سطح معناداری مقایسه با میانگین متوسط ۳	وضعیت نسبت به میانگین متوسط ۳
سرمایه فرهنگی	سرمایه متجسد	۳/۱۲	۱/۲۴	۰/۰۲۶	بالتر
	سرمایه عینی- فرهنگی	۳/۱۴	۱/۲۵	۰/۰۴۳	بالتر
	سرمایه نهادی و ضابطه‌ای	۳/۱۳	۱/۲۵	۰/۰۴۴	بالتر
سرمایه فرهنگی		۳/۱۳	۱/۲۳	۰/۰۳۵	بالتر

همان طور که در جدول ۶ مشاهده می شود بیشترین میانگین مربوط به بعد سرمایه عینی - فرهنگی (۳/۱۴) و کم ترین میانگین مربوط به بعد سرمایه متجسد (۳/۱۲) است. میانگین کل سرمایه فرهنگی (۳/۱۳)، از میانگین متوسط (۳) بالاتر است و با آن تفاوت معناداری دارد.

جدول ۷) توصیف انواع سبک تغذیه در بازه ی (۰-۱۰۰)

متغیر	نوع سبک زندگی	تعداد	میانگین (۰-۱۰۰)	انحراف معیار	سطح معناداری مقایسه با میانگین متوسط ۵۰	اختلاف میانگین نسبت به میانگین متوسط ۵۰	وضعیت نسبت به میانگین متوسط ۵۰
سبک تغذیه	سنتی	۱۷۴	۱۲/۴۳	۳/۳۸	۰/۰۰۰	-۳۷/۵۶	پایین تر
	نوین	۳۳۶	۷۴/۰۷	۱۲/۶۲	۰/۰۰۰	۲۴/۰۷	بالاتر

همان طور که در جدول ۷ مشاهده می شود ۱۷۴ نفر دارای سبک تغذیه سنتی و ۳۳۶ نفر نیز دارای سبک تغذیه نوین می باشند. بین میانگین سبک تغذیه متوسط (۵۰) با افراد دارای سبک تغذیه سنتی و هم چنین افراد دارای سبک تغذیه نوین با میزان سطح معناداری ۰/۰۰۰، اختلاف معناداری وجود دارد.

### بررسی فرضیه های تحقیق

همان گونه که بیان گردید این تحقیق دارای یک فرضیه اصلی و سه فرضیه فرعی است که نتیجه تحلیل آن در جدول ۸ آمده است.

جدول ۸) نتایج حاصل از تحلیل فرضیه ها

متغیر مستقل	متغیر وابسته	مقیاس متغیرها	نوع همبستگی	مقدار رابطه	سطح معناداری	تأیید یا رد فرضیه
سرمایه فرهنگی	سبک تغذیه	فاصله ای	پیرسون	۰/۸۸۶	۰/۰۰۰	تأیید
سرمایه متجسد	سبک تغذیه	فاصله ای	پیرسون	۰/۸۹۳	۰/۰۰۰	تأیید
سرمایه عینی	سبک تغذیه	فاصله ای	پیرسون	۰/۸۷۹	۰/۰۰۰	تأیید
سرمایه نهادی و ضابطه ای	سبک تغذیه	فاصله ای	پیرسون	۰/۸۹۹	۰/۰۰۰	تأیید

### فرضیه اصلی

بین سرمایه‌ی فرهنگی شهروندان و سبک تغذیه‌ای آنها، رابطه وجود دارد. سرمایه‌ی فرهنگی در سه بعد و با استفاده از ۱۷ سؤال سنجیده شد که با ترکیب این ابعاد و پرسش‌های مربوط به آنها شاخص سرمایه‌ی فرهنگی ساخته شد. به این ترتیب شاخص را در سطح فاصله‌ای در نظر می‌گیریم. سبک تغذیه نیز در هفت بعد و با استفاده از ۴۰ سؤال مورد سنجش قرار گرفته است که به این ترتیب شاخص سبک تغذیه نیز در سطح فاصله‌ای در نظر گرفته شده است. برای آزمون رابطه‌ی بین سبک تغذیه و سرمایه فرهنگی به جهت این که هر دو متغیر در سطح فاصله‌ای بودند، از آزمون همبستگی پیرسون استفاده گردید. نتیجه‌ی آزمون همبستگی پیرسون (۰/۸۸۶) در خصوص رابطه‌ی بین سرمایه‌ی فرهنگی و سبک تغذیه نشان از آن داشت که از لحاظ آماری با اطمینان ۰/۹۵ و سطح خطای کم‌تر از ۰/۰۵، رابطه آماری معناداری بین سرمایه فرهنگی و سبک تغذیه وجود دارد. همان‌طور که در بخش نظری بیان گردید، انتخاب غذایی و سبک تغذیه روش‌هایی هستند که مردم از طریق آنها می‌توانند صورت‌هایی از تمایز اجتماعی را خلق کنند. انتخاب غذای افراد از عوامل اجتماعی و فرهنگی از جمله سرمایه‌ی فرهنگی تأثیر می‌گیرد. سرمایه‌ی فرهنگی تعیین‌کننده‌ی انتخاب‌ها و سلیقه تغذیه‌ای و غذایی افراد است و افراد از طریق سرمایه‌ی فرهنگی، هویت شخصی خود را بر مبنای مصرف خاص، به خصوص غذایی که برای خوردن انتخاب می‌کنند، می‌سازند. در نتیجه، بین سرمایه‌ی فرهنگی و سبک تغذیه رابطه وجود دارد و نتایج به دست آمده از تحلیل فرضیه نیز، مؤید همین مسأله است.

### فرضیه های فرعی

**فرضیه ۱: بین سرمایه‌ی متجسد شهروندان و سبک تغذیه‌ای آنها، رابطه وجود دارد.**

برای آزمون رابطه‌ی بین سبک تغذیه و سرمایه متجسد به جهت این که هر دو متغیر در سطح فاصله‌ای بودند، از آزمون همبستگی پیرسون استفاده گردید. نتیجه‌ی آزمون

همبستگی پیرسون (۰/۸۹۳) در خصوص رابطه بین سرمایه متجسد و سبک تغذیه نشان از آن داشت که از لحاظ آماری با اطمینان ۰/۹۵ و سطح خطای کم‌تر از ۰/۰۵، رابطه‌ی آماری معناداری بین سرمایه‌ی متجسد و سبک تغذیه وجود دارد. از همین روی، می‌توان گفت که سرمایه‌ی متجسد با سبک تغذیه در ارتباط است. در نتیجه، افرادی که دارای سرمایه متجسد بالاتری می‌باشند از سبک تغذیه نوین برخوردار می‌باشند و بالعکس، افرادی که دارای سرمایه متجسد کمتری می‌باشند، دارای سبک تغذیه سنتی می‌باشند.

**فرضیه ۲: بین سرمایه‌ی عینی شهروندان و سبک تغذیه‌ای آنها، رابطه وجود دارد.**

برای آزمون رابطه بین سبک تغذیه و سرمایه‌ی عینی به جهت این که هر دو متغیر در سطح فاصله‌ای بودند، از آزمون همبستگی پیرسون استفاده گردید. نتیجه‌ی آزمون همبستگی پیرسون (۰/۸۷۹) در خصوص رابطه‌ی بین سرمایه‌ی عینی و سبک تغذیه نشان از آن داشت که از لحاظ آماری با اطمینان ۰/۹۵ و سطح خطای کم‌تر از ۰/۰۵، رابطه‌ی آماری معناداری بین سرمایه‌ی عینی و سبک تغذیه وجود دارد. از همین روی، می‌توان گفت که سرمایه‌ی عینی با سبک تغذیه در ارتباط است. در نتیجه، افرادی که دارای سرمایه عینی بالاتری می‌باشند از سبک تغذیه نوین برخوردار می‌باشند و بالعکس، افرادی که دارای سرمایه عینی کمتری می‌باشند، دارای سبک تغذیه سنتی می‌باشند.

**فرضیه ۳: بین سرمایه‌ی نهادی شهروندان و سبک تغذیه‌ای آنها، رابطه وجود دارد.**

برای آزمون رابطه بین سبک تغذیه و سرمایه نهادی و ضابطه‌ای به جهت این که هر دو متغیر در سطح فاصله‌ای بودند، از آزمون همبستگی پیرسون استفاده گردید. نتیجه‌ی آزمون همبستگی پیرسون (۰/۸۹۹) در خصوص رابطه‌ی بین سرمایه نهادی و ضابطه‌ای و سبک تغذیه نشان از آن داشت که از لحاظ آماری با اطمینان ۰/۹۵ و سطح خطای کم‌تر از ۰/۰۵، رابطه‌ی آماری معناداری بین سرمایه نهادی و ضابطه‌ای و سبک تغذیه

وجود دارد. در نتیجه، می توان گفت که سرمایه نهادی و ضابطه ای با سبک تغذیه در ارتباط است. در نتیجه، افرادی که دارای سرمایه نهادی بالاتری می باشند از سبک تغذیه نوین برخوردار می باشند و بالعکس، افرادی که دارای سرمایه نهادی کمتری می باشند، دارای سبک تغذیه سنتی می باشند.

### تحلیل رگرسیون چندگانه

در ادامه و با استفاده از تحلیل رگرسیون چندگانه جهت سنجش تأثیر جمعی همه ی متغیرهای مستقل بر متغیر وابسته ی سبک تغذیه، از روش رگرسیون به روش گام به گام<sup>۱</sup> استفاده شد.

جدول ۹) خلاصه مدل رگرسیون چندگانه (متغیر وابسته سبک تغذیه)

الگو	متغیرهای وارد شده	ضریب همبستگی	ضریب تعیین	ضریب تعیین اصلاح شده
۱	سرمایه متجسد	۰/۸۹۳	۰/۷۹۷	۰/۷۹۵
۲	سرمایه متجسد، سرمایه عینی	۰/۸۹۷	۰/۸۰۴	۰/۸۰۱
۳	سرمایه متجسد، سرمایه عینی، سرمایه نهادی و ضابطه ای	۰/۸۸۶	۰/۷۸۴	۰/۷۸۲

براساس تحلیل رگرسیون چندگانه و مطابق با جدول ۹، ضریب همبستگی چندگانه متغیرهای وابسته در الگو ۰/۸۸۶، ضریب تعیین ۰/۷۸۴ و ضریب تعیین اصلاح شده ۰/۷۸۲ است. با توجه به این یافته ها می توان نتیجه گرفت که به وسیله متغیرهای مستقلی که وارد الگو شده اند، ۸۸٪ از واریانس متغیر وابسته (سبک تغذیه) تبیین شده است. بنابراین می توان گفت ۸۶٪ از تغییرات متغیر وابسته (سبک تغذیه) توسط متغیرهای مستقل تحقیق قابل تبیین است. این میزان تبیین و پیش بینی در حد قابل قبولی قرار دارد.



جدول ۱۰) ضریب تحلیل رگرسیون چندگانه (متغیر وابسته سبک تغذیه)

متغیر	B	Std. Error	Beta	T	Sig
عرض از مبدأ	۱۰/۰۲۸	۰/۷۹۰		۴/۳۶۴	۰/۰۰۰
سرمایه متجسد	۰/۳۸۸	۰/۰۳۳	۰/۳۸۹	۱۱/۸۸	۰/۰۰۰
سرمایه عینی	۰/۳۵۱	۰/۰۳۱	۰/۳۵۴	۱۱/۴۳	۰/۰۰۰
سرمایه‌ی نهادی و ضابطه‌ای	۰/۲۵۴	۰/۰۲۷	۰/۲۵۷	۹/۴۵	۰/۰۰۰

همان‌طور که در جدول ۱۰ مشاهده می‌شود متغیر سرمایه متجسد با بتای ۰/۳۸۹ مهم‌ترین پیش‌بینی‌کننده سبک تغذیه‌ای است. با توجه به ضرایب به دست آمده از الگو رگرسیونی، معادله خط رگرسیون را می‌توان به این صورت نوشت:

سبک تغذیه: عرض از مبدأ (۱۰/۰۲۸) + سرمایه متجسد (۰/۳۸۹) + سرمایه‌ی عینی (۰/۳۵۴) + سرمایه‌ی نهادی و ضابطه‌ای (۰/۲۵۷).

### بحث و نتیجه‌گیری

در این تحقیق به مطالعه رابطه بین سرمایه‌ی فرهنگی با سبک تغذیه‌ای در میان شهروندان شهر مشهد پرداخته شد. بنا بر پیشینه نظری تحقیق، سرمایه‌ی فرهنگی نقش عمده‌ای بر سبک تغذیه‌ای افراد دارد و هر سبک تغذیه‌ای به فراخور نوع و میزان خاصی از سرمایه‌ی فرهنگی، شکل می‌گیرد. نتایج این مطالعه بیانگر آن بود که فرضیه اصلی و به دنبال آن فرضیه‌های فرعی تأیید شد و یافته‌ها نشان داد که بین سرمایه فرهنگی و هر یک از ابعاد آن با سبک تغذیه‌ای، رابطه‌ی معناداری وجود دارد و سبک تغذیه‌ای و ابعاد آن می‌توانند پیش‌بینی‌کننده‌ی سبک تغذیه‌ای افراد باشد. این بدان معنا است که اشکال سرمایه‌ی فرهنگی در ترکیبی هماهنگ با سبک تغذیه پیوند خورده است و بر آن تأثیرگذار است. هر یک از ابعاد سرمایه‌ی فرهنگی هم‌چون سرمایه‌ی متجسد، سرمایه‌ی عینی و سرمایه‌ی نهادی و ضابطه‌ای، هر کدام دارای نقش مهمی در شکل‌گیری سبک تغذیه‌ای افراد می‌باشند و افراد با میزان سرمایه‌های فرهنگی گوناگون، میزان متفاوتی از سبک تغذیه را دارا می‌باشند. به این معنا که افرادی که دارای سرمایه‌ی فرهنگی پایین‌تری هستند، از سبک تغذیه ساده‌تر و سنتی‌تری استفاده می‌کنند. این افراد از

- مصرف مواد غذایی کم‌تری برخوردار هستند و در وعده‌های غذایی آنان تنوع کم‌تری دیده می‌شود. هم‌چنین در تدارکات غذا، از ظروف سنتی استفاده می‌کنند و غذاهای فوری کم‌تری را میل می‌کنند. این افراد مهمانی‌های خود را به شکل ساده برگزار می‌کنند و کم‌تر در بیرون از منزل، غذا صرف می‌کنند و حتی در داخل منزل نیز در هنگام غذا خوردن از ظروف مشترک استفاده می‌کنند. چنین نتیجه‌ای مؤید نظریه بوردیو است. در سراسر نظریه‌ی بوردیو، رابطه‌ی بین سرمایه‌ی فرهنگی و سبک زندگی - که سبک تغذیه‌ای یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های آن است - به چشم می‌خورد. براساس یافته‌های به‌دست آمده می‌توان بیان کرد که پژوهش حاضر با یافته‌های پژوهش‌های پیشین مطابقت دارد. برای نمونه می‌توان به محمدی، ودادهیر و محمدی (۱۳۹۱)؛ علیزاده اقدم (۱۳۸۹) و کمفیوز، جانسن و فرانک (Kamphuis, Jansen, Frank, 2015) و همین‌طور گانشنگ (Guansheng, 2015) اشاره کرد. سخن آخر این که سبک تغذیه را می‌توان به مجموعه‌ای از رفتارهای تغذیه‌ای تعبیر کرد که فرد آنها را به کار می‌گیرد، تا نه فقط نیازهای جاری او را برآورند، بلکه روایت خاصی را که وی برای هویت شخصی خود برگزیده است، در برابر دیگران مجسم سازد و این برگزیدن هویت شخصی توسط فرد نیز، تحت تأثیر سرمایه‌ی فرهنگی فرد قرار دارد. با توجه به موارد گفته شده به راهبردها و راهکارهایی برای داشتن سبک تغذیه مناسب اشاره می‌شود:
- لازم است مسؤولان به سفره ایرانی به‌عنوان یکی از روش‌های نهادینه شده در بهبود سبک تغذیه توجه کافی داشته باشند.
  - لازم است توسعه فرهنگ عرضه و مصرف مواد غذایی سنتی و بومی در جامعه شکل بگیرد، تا خرید و مصرف مواد غذایی بومی به‌عنوان یک سبک زندگی ارزشمند تلقی شود.
  - لازم است در زمینه‌ی غذای سالم و فواید تغذیه‌ی سالم، رسانه‌ها و پزشکان اطلاعات کافی در اختیار شهروندان بگذارند.
  - اختلالات غذایی از جمله مباحثی است که در زمینه‌ی سبک غذایی و به‌عنوان پیامد تغذیه ناسالم در دهه‌های اخیر، شیوع بیشتری داشته است. این مسأله در

بین زنان و دختران به دلیل زیبایی و جذابیت بدن حادثتر است. در نتیجه، لازم است به این نوع افراد آموزش‌های لازم در زمینه‌ی انتخاب درست مواد غذایی داده شود.

- یافته‌ها نشان داد که افرادی که دارای سرمایه‌ی فرهنگی بالاتری هستند، از غذاهای نوین و غذای فوری، برنج و گوشت بیشتری استفاده می‌کنند که این می‌تواند منجر به چاقی و بیماری‌های مزمن شود. در نتیجه، لازم است همان‌طور که سرمایه‌ی فرهنگی این افراد بالا است، دانش تغذیه‌ای و سلامت آنها را نیز بتوان افزایش داد.

### منابع

- ازکیا، مصطفی؛ حسینی، سکینه (۱۳۸۹). "تغییرات نسلی سبک زندگی در جامعه روستایی". *رفاه اجتماعی*، سال دهم، ش ۳۷ (تابستان): ۲۴۱-۲۶۴.
- اسمیت، فیلیپ (۱۳۸۷). *درآمدی بر نظریه فرهنگی معاصر*. ترجمه حسن پویان. تهران: دفتر پژوهش‌های فرهنگی.
- الفت، سعیده؛ سالمی، آزاده (۱۳۹۱). "مفهوم سبک زندگی". *مطالعات سبک زندگی*، سال اول، ش ۱ (پاییز): ۹-۳۶.
- ایزدی، صمد؛ جویباری، لیلا (۱۳۹۳). "بررسی ارتباط سرمایه‌ی فرهنگی با انگیزه ورود به دانشگاه و عملکرد تحصیلی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی گلستان". *توسعه آموزش در علوم پزشکی*، سال هفتم، ش ۱۴ (تابستان): ۳۲-۵۱.
- بوردیو، پیر (۱۳۸۹). *شکل‌های سرمایه در سرمایه اجتماعی: اعتماد، دموکراسی و توسعه*. ترجمه افشین خاکباز و حسن پویان. تهران: شیرازه.
- پاسدار، یحیی، و دیگران (۱۳۹۰). "بررسی الگوی تغذیه‌ای و مصرف گروه‌های غذایی در شهر کرمانشاه، سال ۱۳۹۰". *فصلنامه دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه*، سال ششم، ش ۲۱ (بهار): ۲۵-۳۶.
- جورمو، جان؛ ویلیامز، لورن (۱۳۹۴). *جامعه‌شناسی غذا و تغذیه، اشتهای اجتماعی*. ترجمه هما زنجانی‌زاده. تهران: جامعه‌شناسان.
- خواجه‌نوری، بیژن؛ روحانی، علی؛ هاشمی، سمیه (۱۳۹۰). "سبک زندگی و مدیریت

- بدن". جامعه‌شناسی زنان، سال دوم، ش ۴ (زمستان): ۲۱-۴۸.
- رازنهان، فیروز (۱۳۹۱). "انطباق سبک زندگی با فرهنگ ملی-اسلامی". *مطالعات سبک زندگی*، سال اول، ش ۱ (پاییز): ۱۷۱-۱۸۴.
- راوندی، مرتضی (۱۳۸۲). *تاریخ اجتماعی ایران*. تهران: نگاه.
- رسولی، محمدرضا (۱۳۸۲). "بررسی مؤلفه‌های سبک زندگی در تبلیغات تجاری تلویزیون". *علوم اجتماعی*، سال ششم، ش ۳ (پاییز): ۴۳-۹۲.
- رسولی، محمدرضا؛ حاتمی، الناز (۱۳۹۱). "تأثیر برنامه‌های شبکه ماهواره‌ای فارسی ۱ بر سبک زندگی شهروندان تهرانی". *پژوهش‌نامه علوم اجتماعی*، سال ششم، ش ۳ (پاییز): ۵۷-۷۶.
- زارع، بیژن؛ فلاح، مهدی (۱۳۹۱). "بررسی سبک زندگی جوانان در شهر تهران و عوامل مؤثر بر آن". *تحقیقات فرهنگی*، سال پنجم، ش ۴ (زمستان): ۷۵-۱۰۵.
- شاه‌حسینی، رودابه (۱۳۹۲). "خوراک در متون پیشین و راه‌های بهره‌گیری آن در رسانه‌ی ملی". *مطالعات سبک زندگی*، سال دوم، ش ۴ (تابستان): ۵-۲۹.
- شهابی، محمد (۱۳۸۶). "سبک‌های زندگی جهان‌وطنانه در میان جوانان ایرانی و دلالت‌های سیاسی آن". در: *مجموعه مقالات الگوهای سبک زندگی ایرانیان*. به کوشش ابراهیم حاجیانی. تهران: پژوهشکده‌ی تحقیقات استراتژیک: ۳۵-۷۲.
- شهرداری مشهد (۱۳۹۲). *آمارنامه‌ی شهرداری مشهد*. مشهد: شهرداری مشهد، معاونت برنامه‌ریزی و توسعه.
- صالحی امیری، رضا (۶۱۳۸). *مفاهیم و نظریه‌های فرهنگی*. تهران: ققنوس.
- عشقی‌نیا، سمیرا، و دیگران (۱۳۹۳). "ارتباط وضعیت اقتصادی-اجتماعی با عادات تغذیه‌ای در زنان ساکن شمال شرق ایران". *علوم تغذیه و صنایع غذایی ایران*، سال نهم، ش ۱ (بهار): ۲۱-۲۹.
- علی‌خواه، فردین (۱۳۹۲). *رسانه، مصرف و سبک زندگی*. تهران: تیسرا.
- عزیزاده‌اقدم، محمدباقر (۱۳۸۹). "تحلیل جامعه‌شناختی سبک غذایی شهروندان تبریزی". *رفاه اجتماعی*، سال دوازدهم، ش ۴۴ (بهار): ۲۸۵-۳۱۸.

- فاضلی، محمد (۱۳۸۲). مصرف و سبک زندگی. تهران: صبح صادق.
- فصیحی، امان‌الله (۱۳۸۹). اسلام و سرمایه اجتماعی با تأکید بر رویکرد فرهنگی. تهران: پژوهشگاه فرهنگ، هنر و ارتباطات.
- کرمی‌قهی، محمدتقی؛ زادسر، زینب (۱۳۹۲). "سنجش بررسی رابطه‌ی دین‌داری و سبک زندگی (مطالعه‌ی موردی: زنان ۲ سال و بیشتر ساکن شهر تهران)". زن در هنر و فرهنگ، سال پنجم، ش ۱ (بهار): ۸۵-۱۰۱.
- کوهی، کمال؛ مبارک، مرتضی؛ عبدی، رباب (۱۳۹۲). "بررسی میزان گرایش دانشجویان به فست فودها و عوامل مؤثر بر آن". اخلاق زیستی، سال سوم، ش ۸ (تابستان): ۱۵۷-۱۸۵.
- گنجی، محمد؛ حسین‌بر، محمدعثمان؛ کریمیان، مینا (۱۳۹۴). "بررسی رابطه‌ی سرمایه‌ی فرهنگی و سبک زندگی در بین مردان شهر زاهدان". جامعه‌شناسی سبک زندگی، سال اول، ش ۲ (تابستان): ۱۲۹-۱۷۶.
- گیبینز، جان؛ ریمر، بو (۱۳۸۱). سیاست پست‌مدرنیته: درآمدی بر فرهنگ و سیاست معاصر. ترجمه منصور انصاری. تهران: گام نو.
- مجدی، علی‌اکبر، و دیگران (۱۳۸۹). "سبک زندگی جوانان شهر مشهد و رابطه‌ی آن با سرمایه‌ی فرهنگی و اقتصادی والدین". دوفصلنامه مجله علوم اجتماعی دانشکده‌ی ادبیات دانشگاه فردوسی مشهد، سال هفتم، ش ۲ (تابستان): ۱۳۱-۱۶۱.
- محمدی، جمال؛ ودادهیر، ابوعلی؛ محمدی، فردین (۱۳۹۱). "مناسبات فرهنگی و سبک زندگی در میان شهروندان طبقه‌ی متوسط شهر سنندج". جامعه‌شناسی ایران، سال سیزدهم، ش ۴ (زمستان): ۱-۲۳.
- مهدوی‌کنی، محمدسعید (۱۳۸۷). "مفهوم سبک زندگی و گستره‌ی آن در علوم اجتماعی". تحقیقات فرهنگی، سال اول، ش ۱ (بهار): ۱۹۹-۲۳۰.
- هژبرکیانی، کامبیز؛ حاجی‌ها، فرنوش (۱۳۹۰). "آثار رفاهی اجرای سیاست حمایتی هدفمند در تأمین امنیت غذایی اقشار آسیب‌پذیر". اقتصاد کاربردی، سال دوم،

ش ۷ (زمستان): ۲۳-۵۷.

- Abel, T. (1991). "Measuring Health Lifestyles in a Comparative Analysis: Theoretical Issues and Empirical Findings". *Sociology & Since & Medicine*, Vol. 32, No. 8: 899-908.
- Abel, T.; Cockerham, W. C.; Adamz. R. (1997). "Conceptualizing Contemporary Health Lifestyle: Moving Beyond Weber". *The Sociological Quarterly*, Vol. 38, No. 2: 321-342.
- Bell, D. (2005). *Ordinary lifestyles*. New York: McGraw-Hill.
- Cockerham, W. C. (2005). "Health Lifestyles in Russia". *Social Science & Medicine*, Vol. 51, No. 3: 1313-1324.
- Germov, J; Williams, L. (2004). *A Sociology of Food & Nutrition*. New York: Oxford.
- Guansheng, M. (2015). "Food, eating behavior, and culture in Chinese society". *Ethnic Foods*, Vol. 2, No. 4: 195-199.
- Horowitz, A. V. (2002). "Outcomes in the sociology of mental health and illness: Where have we been and where are we going?". *Health and Social Behavior*, Vol. 43, No. 1: 143-151.
- Kamphuis, C. B. M.; Jansen, T.; Frank, M. (2015). "Bourdieu's Cultural Capital in Relation to Food Choices: A Systematic Review of Cultural Capital Indicators and an Empirical Proof of Concept". *Department of Public Health, Erasmus University Medical Centre*, Vol. 37, No. 1: 1-19.
- Kirchberg, V. (2007). "Cultural Consumption Analysis: Beyond Structure and Agency". *Cultural Sociology*, Vol. 1, No. 1: 115-135.
- Klumbiene, J.; Petkeviciene, J. (2004). "Sociodemographic and health behavior factors associated with obesity in adult populations in Estonia". *Eeu Public Health*, Vol. 14, No. 4: 390-394.

- Leslie, G. R.; Larson, R. F.; Gorman, B. L. (1994). *Introductory Sociology Introductory Sociology*. New York: Oxford.
- Mcleod, E. R.; Campbell, K. J. (2011). "Nutrition Knowledge: a mediator between socioeconomic position and diet quality in Australian first-time mothers". *American Dietetic Association*, Vol. 27, No. 5: 696-704.
- Murayama, N. (2015). "Effects of socioeconomic status on Nutrition in Asia and future nutrition policy studies". *Nutritional science and vitaminology*, Vol. 61, No. 4: 66-68.
- Remington, P. L.; Brownson, R. C. (2011). "Fifty years of progress in chronic disease epidemiology and control". *MMWR Surveill Summ*, Vol. 60, No. 4: 70-77.

