



LARBI TEBESSI – TEBESSA UNIVERSITY

UNIVERSITE LARBI TEBESSI – TEBESSA-

جامعة العربي التبسي - تبسة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم: علوم اجتماعية

الميدان: علوم إنسانية وإجتماعية

الشعبة: علم اجتماع

التخصص: انثروبولوجيا عامة

العنوان: المجتمع بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

دراسة مقارنة

الشباب التبسي انموذجا

مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر " ل.م.د "

دفعه: 2018

إشراف الدكتور: بولمعيذ فريد

إعداد الطالبة: بوكي سخية

لجنة المناقشة:

الاسم واللقب	الرتبة العلمية	الصفة
د-بروقي وسيلة	أستاذ محاضر -أ-	رئيسا
د-بولمعيذ فريد	أستاذ محاضر -ب-	مشرفا ومقررا
د-شاوي رياض	أستاذ مساعد -أ-	عضوا ممتحنا

ملحق القرار رقم: 933 المؤرخ في: 28/05/2018

الذي يحدد القواعد المتعلقة بالوقاية من السرقة العلمية ومكافحتها

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

مؤسسة التعليم العالي:

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لانجاز بحث

أنا الممضي أدناه،

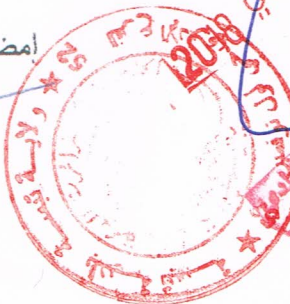
السيد: يوكيل لجمعية الصفة: طالب، أستاذ باحث، باحث دائم: ماستر ٠٢
الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 035/945 والصادرة بتاريخ: 2008/05/17
المسجل بكلية العلوم الاقتصادية الإقليم العلوم الاقتصادية
و المكلف بإنجاز أعمال بحث (مذكرة التخرج ، مذكرة ماستر ، مذكرة ماجستير ، أطروحة
دكتوراه) ، عنوانها: التحليل السيميائي للخطب السياسية والديبلوماسية
التي تخلو على ذاتها من المناهج الحديثة في الخطاب السياسي في الجزائر

أصرح بشرفي أنني ألتزم بمرعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ: 2018 / 05 / 02

امضاء المعني

(Signature)



شكر و عرفان

إلى لحظات الصدق التي تأخذنا بعيدا عن حدود الذات ، وتمنحنا القوة لان نواجه أنفسنا
وتزيل ما علق بنا من الشوائب وتعيدنا إلى زحام حياة أكثر تجديدا وصفاء.

الشكر لله عزوجل الذي أعانني على إكمال هذا البحث ، شكر ارفعه من صميم الذات الذين
بات في إحساسهم إن الواجبات أكثر من الأوقات.

كل الشكر والتقدير والامتنان والعرفان للأستاذ المشرف الدكتور "بولمعيز فريد" لما قدمه لي
من توجيهات لإتمام هذا البحث.

كما أتقدم بالشكر للدكتورة بوقي وسيلة لما قدمته من اجل إنجاح العمل الانثروبولوجي.

كما اتقد بالشكر إلى كل من الدكتور نور الدين جفال، دكتور شاوي رياض، دكتورة لبني
فتيحة، والى الغائبة الحاضرة دائما الدكتورة باهية شنيط، كما لا أنسى الأستاذة عبادة سامية
التي كان لها الفضل في تحفيزي أكثر.

كما لا يفوتني أن أتقدم بالشكر الجزيل إلى صديقاتي وأخواتي: قطوسة ، زهرة ، أمينة ، شهرة
، آمال، جهاد .

كما لا انسي عبد الهادي على كافة توجيهاته لي ودعمه اللامتناهي.

شكرا



إهداء

إلى الذي خلق الإنسان وعلمه البيان إلى الله ربي العالمين.
إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة ونصح الأمة وكشف الغمة إلى نبي
الرحمة سيدنا محمد عليه الصلاة والسلام .

إلى الصدر الرحب إلى من رباني على فضيلة الأخلاق أبي الحنون
إلى من علمتني أولى الكلمات إلى نبع الحنان أمي
إلى الرياحين الطيبة إخوتي حفظهم الله جميعا
إلى البراعم أحفاد العائلة

إلى من جمعني بهم القدر صديقتي
إلى جميع طلبة السنة الثانية ماستر انثروبولوجيا
إلى كل من ساهم من قريب أو بعيد في انجاز هذا البحث
تحياتي

سخية





الفهرس



فهرس المحتويات:

الموضوع

شكر وعران

إهداء

فهرس المحتويات

مقدمة

ا-ج

الفصل الاول: الاطار المنهجي والمفاهيمي

06	تمهيد
07	1-الإشكالية
08	2-أسباب اختيار الموضوع
09	3-أهمية الدراسة
09	4-أهداف الدراسة
10	5-مجالات الدراسة
10	5-1-المجال المكاني
10	5-2-المجال البشري
11	5-3-المجال الزماني
11	6-مناهج وأدوات الدراسة
11	6-1-المناهج
11	6-1-1-المنهج الوصفي التحليلي
11	6-1-2-المنهج المقارن
12	6-2-الأدوات
13	6-2-1-المقابلة
14	6-2-2-التاريخ كأداة
15	6-2-2-الملاحظة بالمشاركة
15	6-2-3-المخبرون
15	6-2-4-التصوير الفوتوغرافي
16	7-الترسانة المفهومية
16	7-1-المجتمع

19	2-7- الشباب
21	3-7- الوجبات السريعة
22	4-7- الوجبات التقليدية
23	8- الدراسات السابقة
23	1-8- الدراسة الثالثة
24	2-8- الدراسة الثانية
26	3-8- الدراسة الثالثة
28	خلاصة

الفصل الثاني : المجتمع والطعام

31	تمهيد
32	1- مفهوم الطعام
32	1-1 لغة
32	1-2- اصطلاحا
33	1-3- في الإسلام
35	2- وظائف الطعام
36	3- آداب الطعام
37	4- الغذاء الصحي
37	1-4- مفهوم الغذاء
38	1-4-1 لغة
38	1-4-2- اصطلاحا
39	1-4-3- في السلام
39	2-4- الغذاء الصحي
40	3-4- مكونات الغذاء الصحي
42	خلاصة

الفصل الثالث: الطعام كموروث شعبي

45	تمهيد
46	1- مفهوم الموروث الشعبي
47	2- تعريف الطعام الشعبي
48	3- دراسات في الطعام الشعبي

48	1-3-دراسات اثنوغرافية
49	2-3-دراسات تاريخية
50	3-3-دراسات مقارنة
51	4-وظائف الطعام الشعبي
54	5-الطعام الشعبي في المجتمعات
54	1-5-مصر القديمة
55	2-5-اليابان
56	3-5-الجزائر
60	خلاصة

الفصل الرابع الوجبات السريعة

63	تمهيد
64	1-تعريف الوجبات السريعة
65	2-نشأة الوجبات السريعة وأسباب ظهورها
65	1-2-نشأة الوجبات السريعة
66	2-2-أسباب ظهور الوجبات السريعة
67	3-صفات الوجبات السريعة
68	4-مكونات الوجبات السريعة
69	5-إدمان الوجبات السريعة
69	1-5-أسباب الإدمان على الوجبات السريعة
70	6-مخاطر الوجبات السريعة
72	7-وجبة كينتاكي أنموذجا
75	خلاصة

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

79	تمهيد
80	1-لمحة عن المدينة
80	1-1-موقع ومناخ مدينة تبسة
81	2-1-أصل التسمية
82	3-1-عادات وتقاليد المنطقة
83	2-الطعام في المجتمع التبسي

84	1-2 الوجبات التقليدية
86	2-2-الوجبات السريعة
89	3-عينة الدراسة
89	4-تحليل بيانات الدراسة
89	4-1-على مستوى المخبرين
96	4-2-على مستوى المبحوثين
103	5-المقارنة بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية
104	5-1-أوجه التشابه
104	5-2-أوجه الاختلاف
105	6-نتائج للدراسة
105	7-المقارنة بين نتائج الدراسة والدراسات السابقة
109	خلاصة
111	خاتمة
113	قائمة المصادر والمراجع
	الملاحق
	ملخص الدراسة

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	يلخص مفردات عينة الدراسة.	89
02	يمثل المبحوثين حسب الجنس.	96
03	توزيع المبحوثين حسب العمر	97
04	توزيع المبحوثين حسب الحالة الاجتماعية	98
05	يمثل توزيع المبحوثين حسب المستوى المعيشي	98
06	يمثل عدد مرات تناول الوجبات السريعة	99



مقدمة

يعد الطعام أولى الحاجات التي يحتاج إليها الإنسان ليضمن بقاءه على قيد الحياة، فمنذ وجوده على سطح الأرض عمل جاهدا في الحصول على طعامه وطور في منظومة غذائه من البسيط إلى المعقد، ومن النيئ إلى المطبوخ. والأكل يتم عن طريق تناول مقدار من الطعام يقدم في شكل وجبات والوجبة هي مقدار من الطعام يتناول في وقت محدد ويتضمن أنواع معينة محضرة من الطعام.

يتناول الإنسان يوميا مجموعة وجبات إما في البيوت أو في المطاعم ، والوجبات عموما تقسم إلى ثلاث وجبات وهي الإفطار، الغداء، العشاء. وهذه الوجبات تقسم بين التقليدي والسريع حسب رغبة الفرد.

إن الحديث عن الطعام يستدعي الحديث عن الجوانب الاجتماعية والثقافية وما صحبهما من تغيير الذي سمح للمجتمعات بالانتقال من حالة إلى حالة. في وقتنا الحاضر يعرف مجال الطعام تنوعا متعددًا يرجع إلى خصوصية المجتمعات.

إن الوجبات السريعة أو ما يصطلح عليه بالأكل الجاهز، هي وجبات تحضر وتقدم بسرعة فائقة وهناك محلات متخصصة في بيع هذه الوجبات ، وقد ظهرت هذه الوجبات مع خروج المرأة للعمل وتسارع الحياة وعدم توفر الوقت لإعداد وتناول الوجبات والرجوع للعمل، بالإضافة إلى العولمة التي تسعى إلى أمركة العالم وجعله قرية صغيرة ومن بين مساعي العولمة هي عولمة مجال الغذاء.

وتعد أشهر أنواع ومطاعم الوجبات السريعة وتعد ابرز أنواع وأشهر مطاعم الوجبات السريعة هي سلسلة مطاعم ماكدونالدز والتي بدأت من طاولة على الرصيف ، وسر نجاحها هو الخلطة السرية ومكوناتها التي تجذب الجميع.

إن الوجبات السريعة تأخذ طابعا يتطبع به كثير من الناس في مختلف المجتمعات ، وتعد الفئة

الأكثر إقبالا عليها هم من فئة الشباب فهي أصبحت تشكل جزا من حياتهم اليومية لأنهم يرغبون بكل ما



مقدمة

هو جديد ومواكب للعصر، في وجبات دخيلة عن الثقافة المحلية، واهم ما تتصف به أنها سريعة التحضير بمكونات بسيطة لا تكلف الجهد والوقت الكثير واهم ما يميزها أنها تؤكل بعجالة .

أما النمط الثاني من الوجبات هو الوجبات التقليدية التي هي نتاج لمجتمعات محلية، تم توارثها ونقلها جيل عن جيل، فهي وجبات محلية المنشأ تستمد مكوناتها من البيئة المحلية وطريقة تحضيرها مستمدة من الثقافة المتداولة في المجتمع، ويستدعي هذا النوع جهدا كبيرا ووقت أطول في الحصول على طبق تقليدي. وغالبا ما ترافق هذه الوجبات الأعياد والمناسبات الاحتفالية والدينية.

ونجد في مجتمعنا التبسي وتبعاً للثقافة المحلية انه توجد أطباق تقليدية نابعة من عادات وتقاليد المنطقة المتعلقة بالطعام تقدم في المنازل وغالبا ما ترافق السلوكات اليومية والأعياد الدينية والمناسبات الاحتفالية، كما توجد محلات خاصة لبيع الوجبات السريعة. ومن اجل ذلك تم انجاز هذه الدراسة الموسومة بعنوان :

المجتمع بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية وقد قسمت إلى خمسة فصول وهي كالآتي:

الفصل الأول وهو عبارة عن إطار منهجي ومفاهيمي للدراسة والذي يضم الإشكالية وأسباب اختيار الموضوع وأهميته وأهدافه وكذا تحديد مجالات الدراسة، و المناهج والأدوات المستخدمة في الدراسة، وتحديد مفاهيم الدراسة وأخيرا تطرقت إلى الدراسات السابقة.

أما **الفصل الثاني** فقد تضمن مفهوم الطعام ووظائفه، وكذلك آداب الطعام كما تطرقت فيه إلى مفهوم الغذاء الصحي و مكوناته.

في حين أن **الفصل الثالث** تضمن مفهوم التراث الشعبي ومفهوم الطعام الشعبي ودراسات في الطعام الشعبي ووظيفة الطعام واخبرا الطعام الشعبي في المجتمعات.



مقدمة

أما **الفصل الرابع** الذي تضمن تعريف الوجبات السريعة ونشئتها وسباب ظهورها بالإضافة إلى صفات الوجبات السريعة ومكوناتها وكذلك أسباب الإدمان عليها وأخيرا تطرقت إلى الوجبة السريعة كينتاكي أنموذجا.

أما **الفصل الخامس** والأخير فقد ركزت في هذا الفصل على التعريف بمجتمع الدراسة ، بتقديم لمحة عن المدينة ، ثم تطرقت إلى الطعام بنوعيه في المجتمع ، وتطرقت إلى عينة الدراسة ، ثم تحليل النتائج على مستوى المخبرين وعلى مستوى المبحوثين، كما تطرقت إلى تحديد أوجه التشابه وأوجه الاختلاف بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية ، واستخلصت نتائج الدراسة، وأخيرا المقارنة بين نتائج الدراسة والدراسات السابقة.

لننهي هذه المذكرة بخاتمة ثم قائمة المصادر والمراجع التي استخدمت في البحث وأخيرا تم وضع مجموعة من الملاحق التي اعتمد عليها والتي تتمثل في دليل مقابلة الذي تم الاعتماد عليه في الدراسة وملحق خاص بالمخبرين وأخيرا قائمة من الصور تم التقاطها لإثراء هذه الدراسة.



الفصل الأول



تمهيد

1-أسباب اختيار الموضوع

2-الإشكالية

3-أهمية الدراسة

4-أهداف الدراسة

5-مجالات الدراسة

6-مناهج وأدوات الدراسة

7-الترسانة المفهومية

8-الدراسات السابقة

خلاصة

تمهيد:

يعد طرح الإشكالية وتحديد أبعادها أولى المراحل التي ينطلق منها الباحث في دراسة الموضوع الذي اختاره، وبناء إشكالية البحث نابع من دوافع الباحث في إيجاد تفسير لمشكلة بحثه.

ومن هنا في بداية هذا الفصل ، حاولت طرح الإشكالية ثم تطرقت إلى أهم الأسباب والدوافع التي دفعتني لاختيار الموضوع دون غيره وتتبعاً لمنهجية البحث تطرقت إلى مختلف أبعاد الدراسة من أهمية وأهداف ومجالات الدراسة والمناهج والأدوات وتحديد المفاهيم وأخيراً الدراسات السابقة.

1. الإشكالية:

إن الإنسان لكي يعيش ويستطيع الاستمرار لا بد وان تتوفر حياته على الطعام حيث انه منذ وجوده على سطح الأرض عمل جاهدا للحصول على قوته فأول ما قام به لقط الطعام وجمع الثمار ثم قام بعد ذلك بقص الحيوانات واصطيادها من اجل أكل لحومها ثم قام بزراعة الأرض واكل منتجاتها، ومع اكتشاف الإنسان للنار بدا يعرف الطهو "طهو الطعام" حيث انتقل من أكل اللحوم والمأكولات النيئة إلى أكل طعام مطبوخ.

فقد أبدع الإنسان منذ وجوده على سطح الأرض في عاداته وتقاليده الغذائية فادخل وصفات جديدة تغاير ثقافته وهذا راجع باحتكاكه مع ثقافات الأخرى وكذلك وسائل الإعلام والاتصال التي ساهمت في نشر العديد من الأطباق في كافة أنحاء العالم. فالطعام التقليدي أو الشعبي وهو طعام يخص جماعة محلية معينة وهو طعام بسيط في مكوناته معقد في تحضيره يستغرق وقت طويلا في إعداده باستخدام أساليب يدوية وتقليدية في انجازه وما يميز هذا النوع أن النساء أو المرأة هي من تقوم بإعداده ، ثم فيما بعد ومع ظهور الثورة الصناعية وخروج الناس للعمل بما فيهم النساء ولم يعد هناك وقت طويل لانجاز الطعام فظهرت ما يسمى بالوجبات السريعة faste Food وهي طعام سريع في تحضيره حيث يحتوي على مكونات سابقة الطهو كما يوفر الجهد والوقت، و ما يميزها أنها تؤكل في عجلة وتحضيرها عادة يكون من طرف الرجل، إذن فهي سريعة وسهلة التحضير توفر الوقت والجهد فالمستهلك لا يحتاج وقتا كثيرا للحصول على وجبة وتحتوي على كميات كثيرة من الدهون، وهي ذات مذاق ممتاز يجذب صغار السن والمراهقين والشباب بالإضافة إلى الإعلانات التي ترفق معها في كثير من الأحيان وهناك أنواع كثيرة منها ماكدونالدز ودجاج كينتاكي...الخ.

فالطعام بصفة عامة يمثل تراث ثقافي للمجتمعات سواء أكان ذلك الطعام تقليدي أو سريع فعلى سبيل المثال نجد أن المجتمع التبسي زاخر بأطباق تقليدية نابغة من ثقافته الشعبية وأطعمة سريعة دخيلة هي نتاج للعولمة ونجد أن الشباب يقبلون على الوجبتين ومن هنا نطرح الإشكال الآتي :

ما الفرق بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية؟

وللإجابة على هذا التساؤل تم صياغة الأسئلة الفرعية الآتية:

1- ما هي آليات إعداد كل من الوجبتين في المجتمع التبسي؟

2- ما مدى إقبال الشباب التبسي على هاتين الوجبتين؟

2. أسباب اختيار الموضوع:

تعد عملية اختيار الموضوع عملية دقيقة ومعقدة وتتعدد عوامل ومقاييس هذا الاختيار، ولعل هذه المرحلة من مراحل البحث هي الوحيدة التي تعتمد على العوامل الذاتية لدى الباحث، حيث أن اختياره للموضوع يخضع بشكل كبير إلى اهتماماته وميوله واستعداده لدراسته وكذلك إمكانياته ومدى استحواذ المشكلة المدروسة على اهتماماته، إضافة إلى بعض الدوافع والأسباب العلمية المهمة، وفي ما يخص موضوع بحثي فإن الأسباب التي دفعتني إلى اختيار موضوع المجتمع بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية -دراسة مقارنة -هي كالتالي :

- التخصص في الأنثروبولوجيا هو ما دفعني لاختيار الموضوع؛
- التعمق ومواصلة البحث؛
- المساهمة في الإثراء العلمي لتخصص؛

- إجراء دراسة مقارنة بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية؛
- معرفة مدى إقبال المجتمع التبسي على هذه الوجبات، وما هي الوجبة المفضلة عند الشباب سواء كانت تقليدية أم سريعة؛
- أهمية الموضوع وارتباطه بالمجتمعات عامة والمجتمع التبسي خاصة.

3. أهمية الدراسة :

إن الموضوع الذي بين يدي يكتفي أهمية كبيرة وخاصة في ظل التطورات الحاصلة والتغيرات التي ظهرت على عاداتنا وتقاليدنا في مجتمعنا وامتزاجها مع ثقافات أخرى، والتطورات والتحويلات التي يعرفها العالم اليوم في مجال الغذاء والتطور التكنولوجي الذي كان له تأثير في إدخال صفات وعادات غذائية جديدة، حيث أصبح الحصول على وجبة يكلف دقائق معدودة وهذا يختلف عما عرفه أجدادنا في حين أن الحصول على وجبة تقليدية يكلف الوقت الكثير .

ومن هنا اعتمدت على إجراء دراسة مقارنة بين هاتين الوجبتين من ناحية إقبال الشباب التبسي على كل واحدة منهما هذا من ناحية عملية، أما من الناحية العلمية هو إعداد دراسة علمية جادة في هذا الموضوع.

4. أهداف الدراسة :

يتحدد البحث العلمي ضمن مجموعة من الأهداف التي يسعى الباحث من خلالها إلى إبراز وتوضيح المعالم الرئيسية للظاهرة المدروسة، وعند اختياري لموضوع المجتمع بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية -دراسة مقارنة-وجب عليا تسطير مجموعة من الأهداف بغية وضع البحث في إطاره العلمي الصحيح ومن بين أهداف الدراسة ما يلي:

- التعرف على كل من الوجبات السريعة والوجبات التقليدية؛
- التعرف على العوامل التي ساهمت في ظهور ما يسمى بالوجبة السريعة ؛
- التعرف على رغبة المجتمع التبسي وبالخص الشباب في تناول الوجبات السريعة و الوجبات التقليدية؛

- التعرف على الثقافة الاستهلاكية للمجتمع التبسي؛
- محاولة الإشارة إلى منطلقات جديدة في مجال العمل الانثروبولوجي.

5. مجالات الدراسة :

إن كل بحث يتحدد من خلال ثلاث مجالات هي:

المجال المكاني ومكان إجراء الدراسة، المجال البشري وهي عينة الدراسة ، والمجال الزمني أو المدة التي استغرقتها البحث، وهي في مذكرتي كالاتي:

5-1. المجال المكاني:

إن موضوعي هذا يخص بصفة خاصة المجتمع التبسي إذ أن اختياري للموضوع نابع من تعايشي في المجتمع التبسي، ولذا أخذت الموضوع من الواقع واعتمد على أشخاص من المجتمع لتزويدي بالمعلومات الكافية التي تخدم الدراسة.

5-2. المجال البشري:

إن عينة الدراسة نابعة من المجتمع التبسي وقد اعتمدت على عينة مبحوثة مكونة من مجموعة من الشباب لدراسة إقبالهم على من الوجبات السريعة والوجبات التقليدية.

5-3. المجال الزمني:

استغرقت هذه الدراسة حوالي ستة أشهر وهذا بداية من تسليم الموضوع إلى الإدارة وموافقة اللجنة العلمية عليه بنوفمبر 2017 إلى غاية 03 ماي 2018 وهو تاريخ التسليم.

6. مناهج وأدوات الدراسة:

6-1 المناهج:

من أجل تسطير أهداف الدراسة وضعها في إطارها يستوجب علينا أن اتبع مناهج معينة ، والبحث الانثروبولوجي يفرض مناهج معينة تتماشى والميدان والمناهج التي استخدمتها في المذكرة هي :

المنهج الوصفي التحليلي؛

المنهج المقارن؛

6-1-1 المنهج الوصفي التحليلي:

يرتكز هذا المنهج على وصف دقيق وتفصيلي للظاهرة أو موضوع محدد على صورة نوعية أو كمية

رقمية.

بشكل عام يمكن تعريف هذا المنهج "بأنه أسلوب من أساليب التحليل المرتكز على معلومات كافية ودقيقة عن الظاهرة أو موضوع محدد من خلال فترة أو فترات زمنية معلومة وذلك كم أجل الحصول على نتائج علمية تم تفسيرها بطريقة موضوعية وبما ينسجم مع معطيات الفعلية للظاهرة"¹.

ولقد اخترت هذا المنهج من أجل تحليل معطيات الدراسة والوقوف أمام الأسباب التي أدت إلى إنتاج ثقافة استهلاكية معينة حول كل من الوجبتين إضافة إلى تحليل دقيق لالتجاء الأفراد إلى كل من الوجبة السريعة والوجبة التقليدية .

6-1-2- المنهج المقارن:

هو منهج شبه تجريبي يختبر كل من العناصر الثابتة والعناصر المتغيرة لظاهرة ما في أكثر من مجتمع وأكثر من زمان²

كما يعرف أيضا بأنه "منهج يعتمد على أوجه التشابه والاختلاف بين ظاهرتين أو أكثر بالنسبة لظاهرة واحدة ضمن فترات زمنية مختلفة"³

وقد اعتمدت على المنهج المقارن لإجراء دراسة مقارنة بين كل من الوجبات السريعة والوجبات التقليدية وتحديد أوجه التشابه وأوجه الاختلاف بينهما.

6-2- الأدوات:

¹ محمد عبيدات وآخرون، منهجية البحث العلمي القواعد والمراحل والتطبيقات، دار وائل للطباعة والنشر، طبعة 2، عمان، 1999، ص 46.

² جميل صليبا، أساليب البحث العلمي، منشورات عويدات، بيروت، لبنان، 1897، ص 497.

³ محمد صفوح الاخرص، المنهجية وطرق البحث في علم الاجتماع، المطبعة الجديدة، دمشق، 1984، ص 117.

استعنت في مذكرتي هذه على مجموعة من الأدوات البحثية التي تمكنني من وضع الدراسة في إطاره

العلمي الصحيح. وهذه الأدوات تتمثل في :

المقابلة؛

التاريخ ؛

الملاحظة بالمشاركة؛

المخبرون؛

التصوير الفوتوغرافي.

6-2-1 المقابلة interview:

المقابلة هي أداة هامة للحصول على المعلومات من خلال مصادرها البشرية، وإذا الباحث كان شخصا مدريا، فإنه سيحصل على معلومات هامة تفوق مع أهميتها ما يمكن أن نحصل عليه من خلال استخدام أدوات أخرى مثل الملاحظة والاستبيان ، ذلك لان المقابلة تمكن الباحث من دراسة وفهم التغيرات النفسية للمفحوص والاطلاع على ندى انفعاله وتأثيره بالمعلومات التي تقدمها، كما أنها تمكن الباحث من إقامة علاقات ثقة ومودة مع المفحوصين مما يساعده على الكشف على المعلومات المطلوبة، ويستطيع الباحث من خلال المقابلة أيضا أن يختبر مدى صدق المفحوص ومدى دقة إجاباته عن طريق توجيه أسئلة أخرى مرتبطة بالمجالات التي شك بها الباحث¹

¹ذوقان عبيدات وآخرون، البحث العلمي مفهومه وأدواته وأساليبه ، دار الفكر، عمان، 2009، ص114.

وهي أيضا مجموعة من الأسئلة والاستفسارات والإيضاحات يتطلب الإجابة عليها والتعقيب عليها

وجها لوجه بين الباحث والأشخاص المعنيين بالبحث¹

والمقابلة بصورة عامة هي قيام الباحث بزيارة المبحوثين في بيوتهم أو مكان عملهم من اجل

الحصول على معلومات يعتقد الباحث إن المبحوثين ينفرون عليها²

حيث استعنت بالمقابلة لكونها أداة هامة تفيدني في دراستي الميدانية وتعتمد على الاتصال المباشر

بالمبحوثين.

6-2-2- التاريخ كأداة:

هو احد أساليب البحث العلمي الذي يعتمد على دراسة الظواهر القديمة أو الحديثة من خلال جمع

الحقائق والمعلومات من السجلات والوثائق المتوفرة للتعرف على كيفية تطورها وتكوينها ونشأتها من اجل فهم

الحاضر، والتنبؤ بالمستقبل³

هو الطريق الذي يختاره الباحث في تجميع معلوماته وبياناته العلمية في دراسة الموضوع وهذا المنهج

يربط بين الحاضر والماضي والمستقبل يعتمد على أدلة وأدوات ومصادر يمكن استعمالها بعد التأكد منها

ولهذا فان أي بحث مهما كان الأسلوب المتبع فيه لا غنى له عن الاستعانة بمعطيات المعرفة التاريخية لان

¹ عامر قنديلي، منهجية البحث العلمي، دار اليازوري العلمية، طبعة 1، عمان، 2012، ص 239.

² إبراهيم ابراش، المنهج العلمي وتطبيقاته في العلوم الاجتماعية، دار الشروق لنشر والتوزيع، طبعة 1، عمان، 2008، ص 265.

³ عبد الغني محمد إسماعيل العمراني، مناهج البحث العلمي، جامعة العلوم والتكنولوجيا، طبعة 2، صنعاء، 2013، ص 84.

التاريخ ملئ بالتجارب والبراهين والمعالجات وكل هذه تفيد كل باحث لان دراسة أي ظاهرة أو مشكلة لا بد وان يكون لها تاريخه ولذلك ظهرت أهمية المنهج التاريخي في كافة العلوم¹

ولقد قمت باختيار التاريخ كاداة لسرد تاريخ الطعام عند المجتمعات وكذلك أسباب ظهور ما يسمى بالوجبة السريعة.

6-2-3- الملاحظة بالمشاركة observation parti pant :

حيث يعيش الباحث الحدث نفسه، ويكون عضو في الجماعة التي يلاحظها، ومن مزايا الملاحظة بالمشاركة أنها تعطي معلومات غزيرة للباحث والماما بالظاهرة ومصداقية اكبر في المعلومات²

وفيها يكون الباحث دور ايجابي وفعال، بمعنى انه يقوم بنفس الدور ويشارك أفراد الدراسة في سلوكياتهم وممارساتهم المراد دراساتها³

وقد استعنت بالملاحظة بالمشاركة لأنني شاركت المجتمع التنبسي تفاصيل حياته اليومية وبالأخص في تحضير كل من الوجبتين.

6-2-4-المخبرون:

¹ مروان عبد المجيد إبراهيم، أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، مؤسسة الوراق، طبعة 1، الأردن، 2000، ص147.

² رجاء وحيد دويدري، البحث العلمي أساسياته النظرية وممارسته العلمية، دار الفكر المعاصر، طبعة 1، سوريا، 1421هـ، ص321.

³ رحي مصطفى عليان، البحث العلمي، أسسه مناهجه وأساليبه، إجراءاته، بيت الأفكار الدولية، الأردن، ص117.

يعرف الإخباري informant بأنه من كبار السن والعارفين بالعادات والتقاليد والعرف السائد في

المجتمع¹

فالإخباري هو الشخص العارف بموضوع البحث وقد استخدمت الإخباري لأهميته في الدراسات

الحقلية الانثروبولوجية كمصدر للحصول على معلومات تخدم الدراسة.

6-2-5- التصوير الفوتوغرافي:

اهتمت الدراسات الحقلية منذ وقت مبكر باستخدام الآلات التصوير كوسيلة إضافية لجمع البيانات

وتوضيحها²

7. الترسانة المفهومية :

إن الترسانة أو تحديد المفاهيم هي إجراء منهجي أساسي في البحث العلمي لأنها تساعد الباحث

على توضيح المعالم الرئيسية للدراسة ويستطيع من خلالها الباحث ان يخدم أهدافه ويتوافق مع طبيعة

الظاهرة المدروسة .

7-1. المجتمع:

لغة:

¹ محمد عبده محجوب، طرق ومناهج البحث السوسيوانثروبولوجي، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 2009، ص24

² فتيحة محمد إبراهيم، مصطفى حمدي لشواني، مدخل إلى مناهج البحث في علم الإنسان <الانثروبولوجيا>، دار المريخ للنشر، الرياض، 1988، ص208.

في اللغة العربية كلمة المجتمع مأخوذة من الفعل (جمع) وهو عكس (فرق) وهي كلمة مشتقة على وزن مفتعل ومعناها مكان الاجتماع ومثلها في كلمات كثيرة مثل (ملتقى: مكان اللقاء، ومنتدى مجلس القوم ومحدثاتهم وغيرها) بمعنى اجتماع الناس على شكل جماعة في مكان معين.

اصطلاحاً:

يعرف بعدة تعاريف نذكر منها :

ويعرف أيضا "هو مجموعة من الأشخاص يجتمعون مع بعضهم البعض من اجل هدف عام أو اهتمامات أو رغبات عامة واحدة أو مساواة أخوية أو مأوى مشترك أو تجمع يمكن أن يسمى باسم مجتمع² بمعنى أن المجتمع هو مجموعة من الأشخاص يجتمعون ويشتركون مع بعض من اجل تحقيق هدف أو مصلحة واحدة.

المجتمع هو مجموعة من الأفراد يجمعها مكان واحد ويوجد بينهما قدر من الصفات المشتركة والثقافة السائدة، هذا القدر كاف لربط الجماعة ببعضها البعض أي لإقامة علاقات اجتماعية وقادرة على تلبية المتطلبات أو الحاجة النفسية والجسدية لأفرادها في إطار القانون العام³

بمعنى أن المجتمع هو عبارة علي مجموعة من الأفراد يشتركون في مجموعة من الصفات يرتبطون ببعضهم البعض من اجل تلبية مختلف الحاجات وتحقيق أهداف مشتركة في إطار القانون العام.

¹حسن عبد الرزاق منصور، المجتمع العربي بين التاريخ والواقع، أمواج للنشر والتوزيع، طبعة 2، عمان، 2013، ص 24

²المرجع نفسه، ص 24.

³المرجع نفسه ، ص 35.

ويعرف أيضا على انه: "عبارة عن شبكة أو نسق من أساليب السلوك التي تتخذ طابعا مؤسسيا"¹

ومن هنا نجد أن هذا التعريف يجعل من المجتمع يتخذ طابعا مؤسسيا وهذا الطابع المؤسسي أساس أول مؤسسة اجتماعية وهي الأسرة.

ويعرف أيضا: "أن المجتمع هو منظومة جماعات"²

من خلال هذا التعريف نجد أن المجتمع يتكون من جماعات هي أساس تكوينه حيث تعمل هذه الجماعات على تحقيق نفس الوظائف والأهداف هذا من أجل أن يكون المجتمع منظومة واحدة.

تعريف ماكيفر: يرى أن المجتمع عبارة النسق المكون من الفعل والموضوع والإجراءات المرسومة ومن السلطة المعنوية المتبادلة ومن كثير التجمعات والأقسام وشتى وجوه ضبط السلوك الإنساني"³

بمعنى أن ماكيفر يرى أن المجتمع نسق كلي مكون من كل ما هو موجود في الواقع من سلوكيات وحراك اجتماعي وتجمعات إنسانية.

كما يعرف المجتمع بأنه: "نسق اجتماعي يتكون من نظم متعددة أهمها الأسرة والنظام الاجتماعي جماعة من الناس تنتظم حول هدف (أو أهداف) محدد (أو محددة)"⁴

¹ أنتوني جيندز، مقدمة نقدية في علم الاجتماع، تر احمد زايد وآخرون، مركز البحوث والدراسات الاجتماعية، طبعة 2، جامعة القاهرة، 2005 ص25.

² خليل احمد خليل، المفاهيم الأساسية في علم الاجتماع، دار الحداثة للنشر والطباعة والتوزيع، بيروت، 1984، ص40.

³ غريب عبد السميع غريب، علم الاجتماع: مقومات، موضوعات، دراسات، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، 2009، ص20.

⁴ مصطفى خلف عبد الجواد، قراءات معاصرة في نظرية علم الاجتماع، مطبوعات مركز البحوث والدراسات الاجتماعية، مصر، 2002، ص55.

بمعنى المجتمع يتكون من جماعات هي أساس تكوينه حيث تعمل هذه الجماعات على تحقيق نفس الوظائف والأهداف وهذا من أجل أن يكون المجتمع منظومة واحدة.

التعريف الإجرائي:

هو عبارة عن شخصين فما فوق يسكنون رقعة جغرافية واحدة يعملون لتحقيق أهداف مشتركة ويخضعون لضوابط أساسها العادات والتقاليد والعرف ولهم مصالح وأهداف مشتركة.

7-2. الشباب:

لغة: هو جمع مذكر ومؤنث معا، ويعني الفتاة والحادثة، يطلق لفظ شبان شبيبة كجمع مذكر مفرد شباب ويطلق لفظ شابات وشباب كجمع مؤنث على مفرد شابة، واصل الكلمة هو شب بمعنى صار فتيا، أي من أدرك سن البلوغ ولم يصل إلى سن الرجولة¹

بمعنى إن لفظة شباب تطلق على الجنسين معا وتعني أيضا سن البلوغ .

اصطلاحا: هي مرحلة استحدثتها المجتمع المعاصر الذي يتسم بالتعقيد والتغير. فبسبب التغيرات الاجتماعية والاقتصادية العديدة التي شهدتها الحياة المعاصرة لم يعد من اليسير إن ينتقل الشخص من المراهقة إلى الرشد مباشرة، وإنما استوجبت هذه التغيرات فترة فاصلة بين المراهقة والرشد .. هي فترة الشباب²

¹ أكرم عيساوي، اعتماد الشباب الجزائري على شبكات التواصل الاجتماعي في الحصول على الأخبار، (مذكرة ماستر)، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، قسم الإعلام والاتصال، جامعة تبسة، 2015-2016، ص9.

² هاني الجزار، أزمة الهوية والتعصب دراسة في سيكولوجية الشباب، هلا للنشر والتوزيع ، طبعة 1، الجيزة، 2001، ص 18، 19.

بمعنى أن التغيرات الاجتماعية هي التي أفرزت مصطلح الشباب وهي مرحلة فاصلة بين مرحلتي المراهقة والرشد حيث انه في القديم كانوا يعتقدون أن الإنسان ينتقل من مرحلة المراهقة إلى الرشد مباشرة مع التغيرات اتضح وجود هذه المرحلة الفاصلة ألا وهي مرحلة الشباب .

يعرف أيضا: "إن الشباب في كل زمان ومكان خصائص إنسانية متشابهة سيكولوجيا وسلوكيا ودافعا وهي تنطوي على كثير من سمات العطاء والكرم والحماسة والمروءة، كما تنطوي في الوقت نفسه على الكثير من التسرع والتردد والقسوة والعنف"¹

بمعنى أن الشباب في كل المجتمعات وفي كل الأزمنة على مر التاريخ لهم نفس الخصائص السلوكية والاجتماعية وهذا نابع من أصل المرحلة "مرحلة الشباب.

ويعرف أيضا الشباب في التعريف الدولي " هم الذين يمثلون الفئة العمرية ما بين 15-24 عامًا ، وفي التعريف الموسع الفئة العمرية بين 15-35 عامًا

"والتحديد المقبول لفترة الشباب، هو تحديدها بالفترة التي يجتازها الفرد بين مرحلة الطفولة ومرحلة الرشد والتي يتحقق من خلالها النضج الجسمي والعقلي والانفعالي والعاطفي"².

ومن هنا فالتحديد العمري لفترة الشباب يختلف من تعريف لأخر ويتراوح ما بين 15 عاما و24 عاما، و15 و35 عاما ، وهي بالتحديد الفترة التي تكون بين فترة الطفولة وفترة الرشد والتي من خلالها ينضج الفرد جسميا وعقليا وانفعاليا وعاطفيا.

¹ علي وطفة، مها زحلق، الشباب قيم واتجاهات ومواقف، مطبعة الاتحاد، طبعة 1، دمشق، ص48.

² محمد إبراهيم خاطر، الشباب ودورهم في التغيير والإصلاح، دار الوفاء الدنيا للنشر والطباعة، طبعة 1، الإسكندرية، 2014، ص15.

التعريف الإجرائي:

هم فئة عمرية تتوسط مرحلتَي المراهقة والرشد تحكمهم نفس الصفات السيكولوجية والاجتماعية السلوكية في كافة المجتمعات الإنسانية.

7-3. الوجبات السريعة:

الوجبة في اللغة هي: الأكلة في اليوم والليل¹

بمعنى هي وجبة الفطور والغذاء في النهار وجبة العشاء في الليل.

يمكن تعريف الوجبات السريعة بأنها الأطعمة سابقة الإعداد أو التجهيز أو شبه مجهزة، وتكون جاهزة للتناول في بضع دقائق².

بمعنى أنها الأطعمة سابقة التجهيز لا تستغرق وقت كثير في تجهيزها .

وكتب Boudan "إن الوجبات السريعة تسمح بالتغذي دون التعرض للتعقيدات التي تحيط بالوجبة

التقليدية وتسمح بربح الوقت وتكسب فعل الأكل فعالية كبيرة"³

بمعنى أن Boudan قد ركز على خصائص الوجبة السريعة والتي تكمن في أنها مغذية ومريحة للوقت وتؤكل في عجلة.

¹ صالح العلي صالح، أمينة شيخ سلمان احمد، المعجم الصافي في اللغة العربية، الرياض، 1401هـ، ص734.

² نادية صالح العمودي، الوجبات السريعة بين الرفض والقبول، سلسلة المطبوعات التوعوية1، جامعة الملك عبد العزيز، ص7.

³ مراد بلعدي، تأثير الوجبات السريعة على العادات الغذائية عند الشباب بمدينة قسنطينة -مقاربة سوسيوانثروبولوجية- (مذكرة ماجستير)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم اجتماع الديموغرافيا، جامعة منتوري قسنطينة، 2007-2008، ص24.

وعرفت الجمعية السويسرية على أنها "وجبة متجانسة مهيئة للاستهلاك متوفرة باختيار محدد في وقت قصير عند نقطة بيع"¹ بمعنى أنها وجبة مغذية جاهزة للاستهلاك في وقت قصير عند محل بيع الوجبات السريعة.

التعريف الإجرائي:

هي الوجبة السابقة الانجاز والمهيئة للاستهلاك في وقت قصير عند محلات متخصصة لبيع هذه الوجبات وبإمكانها أن تؤكل في نفس المحل وتحمل في أكياس مخصصة .

7-4. الوجبات التقليدية :

تعرف على أنها:

الأطعمة التي تحضر من مكونات غذائية محلية المنشأ²

أي هي الأطعمة أو الوجبات التي تحضر بمكونات بسيطة مستمدة من الطبيعة ومن البيئة الاجتماعية.

ويصطلح عليه أيضا بالطعام الشعبي ويعرف الطعام الشعبي على انه: "اللهجات المحلية للطعام، لان

له صفات ووصفات خاصة على مستوى المجتمعات و الجماعات المحلية"³.

بمعنى أن الطعام الشعبي يمثل التراث الثقافي للأفراد وهذا الطعام يخص جماعة محلية معينة وله صفات ومكونات خاصة.

¹ المرجع نفسه، ص24.

² حياة بنت سعيد بن احمد باناعمة، الأطعمة السريعة التقليدية وأثرها على الإصابة بالسمنة في مرحلة المراهقة في محافظة جدة، (مذكرة ماجيستر)، قسم غذاء وتغذية، جامعة الملك عبد العزيز، 2008، ص6.

³ شريف كناعنة، دراسات في الثقافة والتراث والهوية، مؤسسة ناديا للطباعة والنشر والإعلان والتوزيع، فلسطين، 2011، ص201.

التعريف الإجرائي:

هي جملة الأطباق التقليدية التي أبدعها المجتمع والتي تعبر عن ثقافته لها صفات خاصة يتميز بها مجتمع عن غيره.

8. الدراسات السابقة :

8-1- الدراسة الأولى:¹

الدراسة التي قامت بها الباحثة نسرين قوجيل بعنوان: الثقافة الغذائية الشعبية وعلاقتها بظهور مرض السكري أنموذجا دراسة ميدانية بمنطقة المخادمة بجامعة ورقلة ، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية ، قسم علم اجتماع والديموغرافيا ، تخصص انثروبولوجيا المجال والهوية الاجتماعية 2016-2017(مذكرة ماستر). التي حاولت الإجابة على الإشكال الآتي:

فيما يتمثل دور الثقافة الشعبية الغذائية في ظهور مرض السكري؟

وتوصلت إلى النتائج التالية :

- غياب الوعي السوسيوثقافي لمرض السكري وانه لا توجد أدنى فكرة للمرض ماعدا تصورات عامية.

- نقص الوعي يعود إلى غياب التنشئة الاجتماعية عبر مختلف مؤسسات بدءا بالأسرة إلى المدرسة وحتى

الإعلام والغريب في ذلك أنها تتعدم حتى عند الفئات المتعلمة.

¹ نسرين قوجيل، الثقافة الغذائية الشعبية وعلاقتها بظهور مرض السكري،(مذكرة ماستر)،كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية،قسم علم اجتماع،جامعة ورقلة،2016-2017.

-محاولة تكوين ثقافة غذائية للحفاظ على صحة الأفراد بالإضافة إلى نشر ثقافة زيارة المريض حتى دون مرض.

تعقيب على الدراسة:

إن هذه الدراسة تناولت موضوع التغذية الشعبية وعلاقتها بمرض السكري أما دراستي فهي دراسة مقارنة بين الوجبات التقليدية والوجبات السريعة أما أوجه التشابه بين هذه الدراسة ودراستي تكمن في التغذية بالنسبة للإنسان وأثارها على الجسم .

8-2-الدراسة الثانية:¹

من إعداد الباحث بن عمارة محمد بعنوان تأثيرات أنماط البيئة في تغير العادات الاجتماعية الغذائية -دراسة ميدانية بصحراء واد سوف وادي العلندة أنموذجاً-، جامعة محمد خيضر بسكرة، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، قسم العلوم الاجتماعية تخصص علم اجتماع البيئة (شهادة دكتوراه)2014-2015.

حاولت هذه المذكرة الإجابة على الإشكال الآتي:

كيف تعمل أنماط البيئة الطبيعية والبيئة الاجتماعية في تغير العادات الاجتماعية الغذائية؟

وقد تم صياغة الأسئلة الفرعية الآتية:

-ما هي طبيعة البيئة الصحراوية وما هي أنواع الأغذية التي يتناولها المجتمع بمدينة وادي سوف؟

¹ بن عمارة محمد، تأثيرات أنماط البيئة في تغير العادات الاجتماعية الغذائية، (مذكرة دكتوراه)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم الاجتماع، جامعة محمد خيضر بسكرة، 2014-2015.

-ما هو التغير الذي طرأ على العادات الاجتماعية الغذائية وعلاقة ذلك بأنماط البيئة؟

وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

-منطقة وادي سوف منطقة صحراوية العيش فيها ليس بالسهل نظرا لقسوة مناخها وصعوبة أرضها المتحركة بالاستمرار .

-طبيعة الأغذية التي يتناولها مجتمع البحث كانت تنقسم إلى نباتية وحيوانية

-استخدم مجتمع الباحث ما تنتجه بيئته الطبيعية في عاداته الاجتماعية الغذائية

-التغير الذي حدث على التنمية المحلية ساهم في تغير العادات الغذائية

-دور وسائل الاتصال عملت على التأثير بالثقافات الأخرى سوى عن طريق الإشهار أو الأفلام المعروضة التي أدخلت مواد جديدة وطرق تناول الغذاء بكيفية جديدة أو عن طريق حصص الطبخ المقدمة وهذا أدى إلى ظهور كفاءات جديدة .

-العمل بالشركات الأجنبية أيضا عمل على إدخال كفاءات جديدة من الاحتكاك بالآخرين.

تعقيب على الدراسة:

إن هذه الدراسة تناولت موضوع تأثيرات أنماط البيئة في تغير العادات الاجتماعية الغذائية أما دراستي هذه فهي دراسة مقارنة الوجبات السريعة والوجبات التقليدية من ناحية انثروبولوجية أما وجه التشابه بين هذه الدراسة ودراستي الحالية تكمن في إن كلا من الدراستين يتناولان موضوع التغذية وكيف أثر الاحتكاك الثقافي بإدخال وصفات جديدة مغايرة للثقافة المحلية.

8-3 الدراسة الثالثة:¹

من إعداد الباحث مراد بلعدي بعنوان تأثير الوجبات السريعة على العادات الغذائية لدى الشباب بمدينة قسنطينة مقارنة سوسيوانثروبولوجية جامعة متتوري قسنطينة كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية قسم علم اجتماع الديموغرافيا تخصص علم اجتماع حضري (مذكرة الماستر) 2007-2008.

حاولت هذه المذكرة الإجابة على الإشكال الآتي:

كيف تؤثر الوجبات السريعة على العادات الغذائية عند الشباب في مدينة قسنطينة ؟

وقد تم صياغة السؤال الفرعي الآتي:

ما هي مختلف الجوانب التي يظهر من خلالها هذا التأثير؟

وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

-إن الوجبات السريعة بدأت حقا تؤثر في عادات شبابنا الغذائية ومنه تغير العادات الغذائية في مختلف مدلولاتها الاجتماعية والاقتصادية والصحية والثقافية لفئة مهمة في المجتمع يعتمد عليها في البناء والتشييد فرغبة المرأة في التحرر أكثر من الأعمال المنزلية وكسب أكبر للوقت واتجاهها في الاعتماد على الوجبة السريعة كحل وكذلك إصرار الشباب على تناول الوجبات السريعة رغم التسممات الغذائية التي يتعرضون لها وكذا الاحتلال المتزايد للوجبة السريعة داخل الأسرة والاتجاه لتسيير الفردي لنفقات الفر داخل الأسرة .

¹ مراد بلعدي، مرجع سابق.

كلها مؤشرات وأمور توجب علينا التفكير في مستقبل يكون فيه الشباب بعيدين عن نسب سمنة كبيرة ونزعة فردية واسعة وقلّة اجتماع الأسرة بأفرادها كالتّي تشهدها المجتمعات المتقدمة.

تعقيب على الدراسة:

إن هذه الدراسة تناولت موضوع تأثير الوجبات السريعة على العادات الغذائية أما دراستي فهي دراسة مقارنة بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية من ناحية انثروبولوجية ، أما أوجه التشابه بين هذه الدراسة ودراستي الحالية تكمن في إن كلا من الدراستين تدرس الوجبات السريعة باعتبارها ثقافة دخيلة على المجتمع.

خلاصة:

في ختام هذا الفصل نجد أن موضوع الأطعمة موضوع مهم حيث تعتبر هذه الدراسة مقارنة بين نمطين من الطعام وهو الوجبات السريعة والوجبات التقليدية في المجتمع التبسي حيث تم في هذا الفصل مقارنة الموضوع منهجياً بغية وضعه في إطاره العلمي الصحيح والتوصل إلى نتائج دقيقة.



الفصل الثاني



تمهيد

1- مفهوم الطعام

1-2- لغة

1-2- اصطلاحا

1-3- في الإسلام

2- وظائف الطعام

3- آداب الطعام

4- الغذاء الصحي

4-1- مفهوم الغذاء الصحي وخصائصه

4-2- مكونات الغذاء الصحي.

خلاصة

تمهيد:

يعد الطعام كل ما يحتاج إليه الفرد للاستمرار والبقاء على قيد الحياة وهو اسم جامع لكل ما يؤكل ، فالطعام يختلف من مجتمع لآخر من حيث النوع فكل مجتمع يختار طعامه بناء على بيئته المحلية وكل ما هو متاح في الطبيعة من خضر وفواكه وحيوانات وغيرها .

وفي هذا الفصل سأنتظر إلى تعريف الطعام ثم تحديد أهم وظائف الطعام وأخيرا تعريف الغذاء الصحي وذكر أهم مكوناته.

المجتمع هو عبارة عن مجموعة من الأفراد ينتمون إلى نفس الرقعة الجغرافية تشترك في نفس المنظومة القيمية والعقائد الدينية والأسس الثقافية ولهم مصالح وأهداف مشتركة.

1- مفهوم الطعام:

1-1- لغة: اسم جامع لكل ما يؤكل

البر خاصة. قبل عام في كل ما يقات من الحنطة والشعير¹

البر وهو القمح بمعنى أن الطعام هو كل ما يؤكل وهو كل ما يخزن من القمح والشعير.

وتعرف أيضا: الأطعمة جمع مفردة طعام، وهو مصدر طعم الطاء والعين والميم أصل مطرد منقاس في تذوق الشيء. يقال طعمت الشيء طعاما والطعام هو المأكول²

يعرف أيضا: هو كل ما يؤكل مطلقا وكذا كل ما يتخذ منه الأقوات، ويقال طعم الشيء يطعمه (بوزن غنم، يغنم) طعاما (بضم فسكون إذا أكله أو أذاقه)³

بمعنى أن الطعام هو اسم جامع لكل ما يؤكل وهو ما يتغذى عليه الأفراد وما يتذوقونه.

1-2- اصطلاحا: ويعرف الطعام بعدة تعاريف نذكر منها:

يعرف الطعام على أنه: كل ما يأكله الإنسان ويتغذى عليه⁴

¹ صالح العلي صالح، أمينة شيخ سلمان احمد، مرجع سابق، ص 376

² محمد حسين فضل الله، فقه الأطعمة والإشربة، دار الملاك، طبعة 1، بيروت، 2008، ص 25.

³ عادل عبد القادر حميدة، موسوعة الأطعمة في الإسلام وأحكامها بين العلم والإيمان، الدار العالمية للنشر والتوزيع، طبعة 1، مصر، 2009، ص 23.

⁴ المرجع نفسه، ص 23.

ويعرف أيضا: "الطعام شيء أكثر من رائع كما انه مركزي بالنسبة للحياة البيولوجية والاجتماعية"¹

بمعنى أن الطعام هو تلبية لحاجة غريزية وهو غريزة الجوع وعندما يلبىها الفرد يشعر بالراحة

ويعرف أيضا: هو قوام الحياة الأول. هو كل ما يسوغ في الفم وينهضم في قناة الهضم وتمتصه الأمعاء ويأخذ منه الجسم ما يحتاج إليه من طاقته ويبني منه خلاياه وكل جزء فيه².

بمعنى أن الطعام هو أولى الحاجات التي يحتاجها الإنسان منذ وجوده في الدنيا وهو كل ما يؤخذ عن طريق الفم ويهضم في الجهاز الهضمي ويمتص في الأمعاء ويأخذ منه الجسم كل ما يحتاجه لإعادة بناء طاقاته .

1-3- الطعام في الإسلام:

ورد ذكر الطعام في آيات عديدة من القرآن الكريم نذكر بعضها:

مثلا في قوله تعالى: { وَإِذْ قُلْتُمْ يَا مُوسَى لَنْ نَصْبِرَ عَلَىٰ طَعَامٍ وَاحِدٍ فَادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُنْبِتُ الْأَرْضُ مِنْ بَقْلِهَا وَقِثَّائِهَا وَفُومِهَا وَعَدَسِهَا وَبَصَلِهَا قَالَ أَتَسْتَبْدِلُونَ الَّذِي هُوَ أَدْنَىٰ بِالَّذِي هُوَ خَيْرٌ اهْبِطُوا مِصْرًا فَإِنَّ لَكُمْ مَا سَأَلْتُمْ وَضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الذَّلَّةُ وَالْمَسْكَنَةُ وَبَاءُوا بِغَضَبٍ مِنَ اللَّهِ ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ كَانُوا يَكْفُرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَيَقْتُلُونَ النَّبِيِّينَ بِغَيْرِ الْحَقِّ ذَلِكَ بِمَا عَصَوْا وَكَانُوا يَعْتَدُونَ }³

¹كارول م كونهيان، انثروبولوجيا الطعام والجسد: النوع، والمعنى، والقوة، تر سهام عبد السلام، المركز القومي للترجمة، طبعة 2013، ص1، ص19.

²فوزي عبد القادر الفيشاوي، الغذاء والدواء.. وفاق أم شقاق؟، مجلة أسبوت لدراسة البيئة، كلية الزراعة، قسم علوم وتكنولوجيا الأغذية، العدد24، جامعة أسبوت، جانفي 2003، ص1

³سورة البقرة، الآية61.

وقوله تعالى: { لَنْ نَصْبِرَ عَلَىٰ طَعَامٍ وَاحِدٍ } أي على نوع واحد من الطعام وهو المن والسلوى¹

من خلال هذه الآية نستنتج إن الطعام هو كل ما يؤكل ويتغذى به الإنسان ليكتسب القوة والصحة والجسمية والتغلب على الجوع، وهو أنواع مثل القمح والعدس والبصل وغيرها مما ينبت في الأرض.

وقوله تعالى: { فَاَنْظِرْ إِلَىٰ طَعَامِكَ وَشَرَابِكَ لَمْ يَتَسَنَّهْ }²

وقوله تعالى: { وَيُطْعَمُونَ الطَّعَامَ عَلَىٰ حُبِّهِ مِسْكِينًا وَيَتِيمًا وَأَسِيرًا }³

وقوله تعالى: { قَالَ لَايَأْتِيكُمَا طَعَامٌ تُرْزَقَانِهِ إِلَّا نَبَأْتُكُمَا بِتَأْوِيلِهِ قَبْلَ أَنْ يَأْتِيَكُمَا }⁴

من خلال هذه الآيات يتضح لنا أن الطعام اسم جامع لكل ما يؤكل وكذلك على كل ما يشرب، وللطعام عدة أنواع مثل الخضر والفواكه والبقول وغيرها، والطعام رزق من عند الله.

كما يطلق لفظ الطعام على كل ما يقتات قال ابن كثير على كل ما يقتات من الحنطة والشعير والتمر وغير ذلك وكذا يطلق على كل ما يؤكل فهو مقابل لشراب⁵. فالطعام هو كل ما يخزن من ذخيرة مثل التمر والقمح والشعير وهو ما يأكله و يشربه الفرد لكي يلبي حاجاته البيولوجية .

التعريف الإجرائي:

ومن هنا فالأطعمة جمع مفردة طعام وهي اسم جامع لكل ما يؤكل فهو ضروري للاستمرارية الإنسان فهو من إنتاج المجتمع وبعبير عن ثقافته وتراثه الشعبي ومن وظائفه الحفاظ على العلاقات الاجتماعية.

¹ محمد علي الصابوني، صفوة التفاسير، دار الضياء، المجلد الأول، طبعة الخامسة، الجزائر، 1990، ص62.

² سورة البقرة، الآية259.

³ سورة الإنسان، الآية8.

⁴ سورة يوسف، الآية37.

⁵ عبد العزيز بن سعد الدغثير، حكم بيع الطعام قبل قبضه، شبكة الالوكة، www. Alukah. net، ص2.

2-وظائف الطعام:

إن للطعام وظائف عدة نذكرها كما يلي:

- الطعام ضروري للحياة ولا بد أن يدخل أجسادنا يوميا بكميات كبيرة إذا كان علينا أن نعيش¹.

بمعنى أن وظيفة الطعام هنا هي الاستمرارية والحفاظ على حياة الإنسان لذلك فهو يمد الإنسان بالنشاط والقوة.

- إن عمليات تبادل الطعام بشكل يومي أمر شديد الأهمية للحفاظ على العلاقات الطيبة بين الأفراد².
- تشكل طرق التعامل مع الطعام نسقا منظما في كل ثقافة من الثقافات، ولغة تنقل المعاني من خلال بنيتها ومكوناتها، وتسهم في تنظيم العالم الطبيعي والاجتماعي.

- الطعام ليس مجرد مجموعة من المنتجات يمكن استخدامها في الدراسات الإحصائية والغذائية.

بل هو في نفس الوقت نسق من انساق التواصل، ومجموعة من الصور، وبروتوكول يطبق على ما يصح قوله أو فعله، وعلى الأحوال والسلوك³.

بمعنى أن الطعام هو نسق في الثقافة المحلية يؤدي وظيفة رمزية تواصلية فالطعام هو نتاج المجتمعات وهو عبارة عن تراث شعبي وينقل معاني من خلال تواصل الناس عن طريق تعاملهم مع الطعام في إطار الثقافة المجتمعية وهو أولى الحاجات البيولوجية التي يحتاج إليها الإنسان للحفاظ على صحته وبقائه في الحياة، كما يحافظ على العلاقات الحميمة بين الأفراد من خلال تبادل الأطباق بشكل دائم فهذه العملية تعزز اللحمة والتجمع بين الأفراد.

¹كارول م كونهيان، مرجع سابق، 21

²المرجع نفسه، ص31.

³المرجع نفسه، ص38.

3-آداب الطعام:

جمع أدب وهي اجتماع محاسن الأخلاق ومحاسن العادات ومنه سميت المأدبة مأدبة لاجتماع الناس

فيها¹.ومن بين آداب الطعام نذكر:

- النية في الأكل:ينوي المسلم أكله بنية التقوي على عبادة الله تعالى²؛

بمعنى أن الإنسان عندما يأكل الطعام ينوي قبل أكله انه سيأكل هذا من اجل اكتساب القوة والقيام بمختلف

العبادات على عكس أن يتلذذ به ويرائحته

- غسل اليدين³؛

- مواصلة الذكر عند الأكل⁴

بمعنى التسمية أي قول بسم الله الرحمان الرحيم قبل البدء وعند الأكل، والحمد لله بعد الانتهاء من

الأكل؛

- الأكل باليد اليمنى لان الأكل والشرب والأخذ والعطاء بالشمال من فعل الشيطان⁵

وهي من الآداب الموصى بها في السنة النبوية حيث أمر الرسول صلى الله عليه عن تسمية الله قبل

الأكل، والأكل باليد اليمنى، حيث أصبحت من ضمن العادات المتوارثة من الدين .

¹ابن عماد الاقفهسي،آداب الأكل، موقع كتب عربية،ص11

²أبي بلال محمد الياس العطار القادري الرضوي، آداب الطعام في الإسلام، مكتبة المدينة للنشر، طبعة 1، 2015، ص5.

³المرجع نفسه، ص6.

⁴المرجع نفسه،ص9

⁵المرجع نفسه،ص11.

- عدم تناول الطعام الحار والنفخ في أواني الطعام¹، وهي من العادات المتوارثة عن الدين وتنتقل من جيل إلى جيل ويعد النفخ في الطعام من العادات الاجتماعية المنبوذة كون أن هناك اعتقاد بان النفخ في الطعام نازع للبركة التي في الطعام .
- أكل الطعام بثلاث أصابع وضرورة مضغه جيدا وضرورة مضغه جيدا:

عن ابن كعب بن مالك، عن أبيه، قال ((كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يأكل بثلاث أصابع ويلعق يده قبل أن يمسحها))²

فالأكل بثلاث أصابع يصغر اللقمة والمضغ الجيد يسهل عملية الهضم فيما بعد وهذه من العادات الاجتماعية المتوارثة مثل الاعتدال في الجلوس والالتزام بمأدبة الطعام والأكل بثلاث أصابع (الإبهام والسبابة والوسطى) لتصغير اللقمة والمضغ الجيد للطعام لتسهيل عملية الهضم.

ومن خلال هذا التقديم نستنتج أن آداب الطعام مستمدة من الدين الإسلامي ومن السنة النبوية أي ما ورد عن الرسول صلى الله عليه وسلم من قول وعمل وهذه السلوكيات تظهر بشكل يومي عند الأفراد وقد ساهمت عملية التنشئة الاجتماعية باستمرار هذه السلوكيات وخاصة في مجال الطعام والغذاء، فبقل التنشئة الاجتماعية رسخت هذه الأفكار والأفعال في أذهان الأفراد وأصبحت بمثابة عادات يتربى عليها الأجيال.

4-الغذاء الصحي:

قبل إن نحدد مفهوم الغذاء الصحي ونعرف الغذاء

4-1- مفهوم الغذاء:

¹ محمد جمعة حمادي الحلبوسي، هدي النبي صلى الله عليه وسلم في تناول الطعام، شبكة الالوكة، www. Alukah. net،

4-1-1-1 لغة:

يطلق الغذاء لغة على ما يكون به نماء الجسم وقوامه من الطعام والشراب، وقال ابن

فارس: "الغين والذال والحرف المعتدل أصل صحيح يدل على شيء من المأكل"¹

بمعنى أن الغذاء في اللغة هو كل ما ينمى به جسم الإنسان وهو ما يؤكل.

4-1-2 اصطلاحاً: يعرف بعدة تعاريف نذكر منها:

هي علم دراسة مكونات ما يتطلبه جسم الإنسان من المواد الغذائية اللازمة، ومدى الاستفادة منها

طبقاً للعديد من المتغيرات²

بمعنى أن التغذية هي ذلك العلم الذي يعنى بدراسة المواد الغذائية التي يتطلبها جسم الإنسان وكيف يستفيد منها.

هو مواد تؤخذ عن طريق الفم للإبقاء على الحياة والنمو حيث تمد الجسم بالطاقة وتبني الأنسجة

وتعوض التالف منها³

بمعنى أن الغذاء هو ما يتناوله الفرد للحفاظ على حياته وتزويد جسمه بالطاقة والحيوية والنشاط

4-1-3 في الإسلام:

¹لينا زياد احمد الديك، مشكلة الغذاء وعلاجها دراسة قرآنية، (مذكرة ماجستير)، كلية الدراسات العليا، قسم أصول الدين، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين، 2009، ص9.

²احمد محمد عبد السلام، التغذية الصحية السليمة، كلية التربية البدنية، قسم الصحة وعلوم الحركة، جامعة الملك سعود، السعودية، ص3.

³لينا زياد احمد الديك، مرجع سابق، ص9

ورد الغذاء في القرآن الكريم بلفظ قريب في قوله تعالى: { لَمَّا جَاوَزَا قَالَ لِفَتَاهُ آتِنَا غَدَاءَنَا لَقَدْ

لَقِينَا مِنْ سَفَرِنَا هَذَا نَصَبًا }¹

والمقصود بالغذاء هنا هو الطعام.

التعريف الإجرائي:

فالغذاء بصفة عامة هو كل ما يتناوله الإنسان ويحتوي على مكونات يحتاجها جسمه للبقاء على

قيد الحياة و للنمو والحصول على الطاقة وإبقاء الجسم في صحة جيدة .

4-2- الغذاء الصحي:

يعرف بعدة تعاريف نذكر منها:

يعرف على انه : "الغذاء الذي يساعد الإنسان على تطوير وتحسين صحته العامة والتي من

شأنها أن تضمن له القيام بأوجه النشاط اليومي بكفاءة وفعالية"²

بمعنى أن الغذاء الصحي هو ذلك الطعام الذي يساعد الإنسان على النمو ويحافظ على صحة الجيدة كما

تسمح لله بالقيام بمختلف الأعمال التي يقوم بها في اليوم.

وتعرف أيضا: "هي الحصول على جميع العناصر الغذائية الضرورية للجسم عن طريق الطعام"³

بمعنى أنها ذلك النوع من الطعام الذي يزود الجسم بالعناصر الضرورية التي تغذيه.

¹سورة الكهف الآية 62.

²رشا عبد الرحمان فواز، الغذاء الصحي في السن المدرسي، الإدارة العامة للبرامج الصحية والأمراض المزمنة،وزارة

الصحة،ص2

³مجموعة أبو نواف البريدية،التغذية الصحية، www. abuNwa.f com، ص2

ويعرف أيضا: هو أداة للتعبير عن التشكيلات والتفاعلات بين البشر وهو مستودع من المعاني الاجتماعية¹

بمعنى أن الغذاء هو وسيلة للتواصل والتعبير بين الأفراد وهو مخزن للمعاني الاجتماعية .

4-3- مكونات الغذاء الصحي:

يتكون الغذاء الصحي من عناصر غنية بالقيمة الغذائية التي تزود جسم الإنسان

بالمكونات اللازمة للحصول على جسم سليم نذكرها كما يلي:

تصنف الأغذية الصحية ضمن خمس مجموعات:

- الفاكهة والخضار
- الخبز والحبوب والمعجنات والبطاطس (الكربوهيدرات)
- اللحوم والأسماك والأغذية البديلة عنها (البروتينات)
- الحليب ومنتجات الحليب
- الأطعمة التي تحتوي على دهون وسكريات

للحصول على نظام غذائي متوازن، من الضروري أن نختار مجموعة متنوعة من هذه الفئات

الخمس لتحصل على كميات كافية من المغذيات التي يحتاج إليها الجسم².

بمعنى أن الغذاء الصحي هو الغذاء المتوازن الذي يحتاج إليه الإنسان بكميات معينة ويتكون

الغذاء الصحي من الفواكه والخضروات لما يحويانه من فيتامينات وألياف يحتاجها الجسم وكذلك الحبوب

والمعجنات وما تحويه من نشويات التي تسهم في بناء جسم الإنسان ويحتاج الجسم كذلك إلى البروتينات

¹ شيماء نبيل احمد، إيكولوجيا الغذاء عند أقزام الكونغو دراسة في الانثروبولوجيا الاجتماعية، (مذكرة ماجستير)، معهد

البحوث والدراسات الافريقية، قسم الانثروبولوجيا، جامعة القاهرة، 2013، ص11

² جوان ويبسر غاندي، الغذاء والتغذية، تر زينب منعم، دار المؤلف للتوزيع، طبعة 1، الرياض، 2013، ص 74، 73

التي توجد في اللحوم البيضاء والحمراء كما يحتاج جسم الإنسان إلى الكالسيوم الموجود في الحليب ومشتقاته . كل هذه الأطعمة تكمل بعضها البعض للحصول على غذاء صحي متوازن يزود الجسم بالمغذيات اللازمة .

خلاصة:

يمكن القول بان الطعام هو نسق في الثقافة المحلية يؤدي وظيفة رمزية تواصلية فالطعام هو نتاج المجتمعات وهو عبارة عن تراث شعبي وينقل معاني من خلال تواصل الناس عن طريق تعاملهم مع الطعام في إطار الثقافة المجتمعية وهو أولى الحاجات البيولوجية التي يحتاج إليها الإنسان للحفاظ على صحته وبقائه في الحياة، كما يحافظ على العلاقات الحميمة بين الأفراد من خلال تبادل الأطباق بشكل دائم فهذه العملية تعزز اللحمة والتجمع بين الأفراد. والأفراد في المجتمع ملزمون بمجموعة من التصرفات التي تلازم المائدة والطعام.

كما يحتاج الإنسان للطعام صحي للحفاظ على صحته وحمايتها من الهلاك بكميات متوازنة

بشكل يومي وبصفة دائمة.



الفصل الثالث



تمهيد

1-تعريف الموروث الشعبي

2-تعريف الطعام الشعبي

3-دراسات في الطعام الشعبي

3-1اثنوغرافية

3-2تاريخية

3-3مقارنة

4-وظائف الطعام الشعبي.

5-الطعام الشعبي في المجتمعات

5-1-مصر القديمة

5-2-اليابان

5-3-الجزائر

خلاصة

تمهيد :

يعد الموروث الشعبي من مخلفات وترسبات الثقافة المحلية توارثه الأجيال عن بعضها البعض شفويا أو عن طريق العادة والتقليد.

ويعد الطعام الشعبي أو التقليدي من الموروث الشعبي لكل مجتمع من المجتمعات فالطعام الشعبي يختلف من مجتمع لآخر في طريقة التحضير وفي طريقة تناوله وهذا التباين والاختلاف راجع إلى الخصوصية الثقافية للمجتمعات.

1- تعريف الموروث الشعبي:

التراث بالمفهوم الحديث والمتداول، هو كل ما وصل إلينا مكتوبا في علم من العلوم أو محسوسا في فن من الفنون مما أنتجه الفكر والعمل في التاريخ الإنساني عبر العصور.

فلكل أمة إن تراثها، الذي هو: ثمرة فكرها وعقائدها، وحصيلة جهدها العقلي والروحي والإبداعي¹

بمعنى أن التراث هو كل ما نقل إلينا من أدب وفن وفكر... الخ وهو إبداع وإنتاج الشعب .

يعرف على أنه:"هو ضمير الشعب، وعقله، وروحه، يتناول الحياة الشعبية في الماضي والحاضر

والمستقبل، ويعبر عن أوضاع وأحاسيس ووجود قاعدة عريضة من الشعب"²

بمعنى إن الموروث الشعبي هو ما توارثته الشعوب بصفة مستمرة فأصبح يمثلها ويتناول تفاصيل

الحياة في الماضي والحاضر والمستقبل ويرصدها ويجسدها.

وهو "كل ما تمارسه الشعوب بصورة ثابتة متمادية الوقوع سواء ما اتصل منه بشؤون الحياة اليومية

طرز العيش، العلاقات الاجتماعية، الأدوات، الملابس، الأثاث، الزينات، القرد الفنية التي يجري عليها صنع

الأشياء، أو ما يتعلق بطقوس المناسبات والمعتقدات"³

بمعنى أن الموروث الشعبي هو كل ما يمارسه الشعوب بصفة متكررة في جميع مجالات الحياة .

¹ عبد العزيز بن عثمان التويجري، التراث والهوية، منشورات المنظمة الإسلامية للتربية والعلوم و الثقافة، الرباط، 2011، ص12.

² أميرة عبد السلام زايد، التربية وأسس بناء الإنسان في الموروث الشعبي-كليلة ودمنة نموذجا-، كلية التربية، جامعتي كفر الشيخ والطائف، ص11.

³ محمد عبد الرحمان الجبوري وآخرون، مستويات توظيف الموروث الشعبي في العمل الفني، مجلة التربية الأساسية، العدد59، جامعة بغداد، 2009، ص669.

فالتراث الشعبي هو ما توارثته الشعوب جيلا بعد جيل فأصبح مرسخ في الأذهان وبالتالي فتناول مختلف مظاهر الحياة ماضي وحاضرا ومستقبلا.

2-تعريف الطعام الشعبي:

يعرف بأنه:"الأطعمة التي تحضر من مكونات غذائية محلية المنشأ"¹

أي هي الأطعمة أو الوجبات التي تحضر بمكونات بسيطة مستمدة من الطبيعة ومن البيئة المحلية.

ويعرف أيضا بأنه:"اللهجات المحلية للطعام، لان له صفات ووصفات خاصة على مستوى المجتمعات و الجماعات المحلية تميزه عن أنواع الطعام التي تعد قومية أو عالمية أو تلك المحضرة تجاريا للاستهلاك بالجملة"².

بمعنى أن الطعام الشعبي يمثل التراث الثقافي للأفراد وهذا الطعام يخص جماعة محلية معينة وله

صفات ومكونات خاصة على مستوى الجماعة تتميز عن الأطعمة الأخرى ذات الطابع العالمي وتمثل هوية الشعوب فمثلا عدم أكل لحم الخنزير يعبر عن الهوية الإسلامية.

ويعرف أيضا:" أن لكل منطقة أو قبيلة تسكن في منطقة جغرافيا محددة أطعمتها الخاصة بها بناء

على البيئة الطبيعية والجغرافية وما تنتجه من خضر ولحوم وان لكل منطقة عاداتها في إعداد الطعام وأدبه المتبعة فيها حسب نمط ثقافتها"³

¹ حياة بنت سعيد بن احمد باناعمة، مرجع سابق، ص6.

² شريف كناعنة، مرجع سابق، ص201.

³ نبيل محمد دقيل فريد، عادات وآداب المائدة في السودان:دراسة فلكلورية في منطقة المحسن بشمال السودان،دراسة افريقيا، ص7.

إن لكل منطقة أطعمتها الخاصة بها وتنفرد بها عن المجتمعات الأخرى من حيث طريقة إعدادها والمكونات التي استخدمت بها التي تعود إلى منتجات البيئة من الخضروات واللحوم.

التعريف الإجرائي:

هي جملة الأطباق التقليدية أو الشعبية التي أبدعها المجتمع والتي تعبر عن ثقافته ، لها وصفات خاصة يتميز بها مجتمع عن غيره،مكوناتها مستمدة من البيئة المحلية، وهي تمثل الموروث الثقافي الشعبي للمجتمع وتعتبر عن جزء من هويته.

3-دراسات في الطعام الشعبي:

إن الطعام الشعبي هو نتاج المجتمعات وهو متوارث عبر إما عن طريق النقل الشفوي أو عن طريق الملاحظة والتقليد فهو جزء من جزئيات تفاصيل حياتنا اليومية وضروري للحياة الإنسان.وطرق تحضيره تمثل جزءا من هوية المجتمع.

وتصنف الدراسات في الطعام الشعبي ضمن ثلاثة أنواع نذكرها كما يلي:

1-3دراسات اثنوغرافية :

وهي دراسات وصفية لثقافة الطعام الشعبي في مجتمع من المجتمعات المحلية.ويمكننا أن نصنف هذه الدراسات بأنها أفقية، بمعنى أنها لا تهتم بالعمق الزمني أو بالناحية التاريخية للطعام في الثقافة المعينة، وإنما تعطي وصفا لكل نواحي الحياة الشعبية -الاقتصادية و الاجتماعية والثقافية-المتعلقة بالطعام الشعبي في المرحلة التي جرت فيها الدراسة. ومثل هذه الدراسة يمكن أن تعطينا وصفا لجميع العمليات المتعلقة بالحصول على مواد الطعام وكيفية تحضيره وتقديمه واستهلاكه ، وكذلك أن تعطينا وصفا للمواد التي تدخل في تحضير الطعام وكمياتها وطريقة معالجة مل منها وشكل الطعام وعدد الأطباق في الوجبة

الواحدة وترتيب تقديم الأطباق المختلفة، وتنظيم الأطباق على المائدة وعدد الوجبات ونظامها، وكيفية الجلوس إلى المائدة، وكيفية تناول الطعام، والعلاقات الاجتماعية وعلاقات السلطة والأدوار المتعلقة بالطعام وعلاقة الطعام بالثقافة المدنية بشكل عام من بداية الإنتاج حتى الاستهلاك أو الحفظ أو التخزين¹.

بمعنى أن الدراسات الاثنوغرافية هي دراسات وصفية للطعام الشعبي في مجتمع من المجتمعات المحلية وهذه الدراسات تتبع منحى أفقياً بمعنى تبحث في الطعام الشعبي ومدى انتشاره في العالم لمعنى أنها تبحث في انتشار هذه الأطباق أو السمات الثقافية وتباينها من مجتمع لآخر على عكس التبع العمودي الزمني الذي يبحث في تطور نمط الطعام تاريخياً، وكذلك تعد الدراسات الاثنوغرافية من الدراسات التي تنقل وتصف أدق تفاصيل الحياة ومنها الطعام الشعبي تبحث في مكوناته وطرق إعداده وكيفية تقديمه للأكل وكيف يتم تناوله وسط المجتمع وما هي وظائف الطعام في المجتمعات، والدور الذي يؤديه في المناسبات والاحتفالات الدينية وعلاقته بالدين على سبيل المثال وصف ما هو محرم وما هو محلل استناداً إلى معتقدات دينية. وبالتالي فهي دراسات وصفية بحثية تبحث الطعام من عملية إنتاجه حتى استهلاكه.

3-2-دراسات تاريخية:

هي دراسات تهتم بالعمق الزمني التطوري لثقافة الطعام في مجتمع من المجتمعات الشعبية، أي أنها تدرس الأنماط التي يمكن أن نسميها عمودية للطعام بدلاً من الدراسات الأفقية أي على غرار ما ذكرناه بالنسبة للدراسات الاثنوغرافية. فالثقافة الشعبية المتعلقة بالطعام في مرحلة ما تكون تجسيدا وتلخيصاً لتاريخ وتطور جميع العناصر التي تدخل في تحديد أنواع الطعام في منطقة ما كالبيئة والطقس، وتاريخ السكن في المكان والتوزيع الأثني، وعمليات التحضر الاقتصادي، والعوامل الاجتماعية والدين².

¹ شريف كناعنة، مرجع سابق، ص 202

² المرجع نفسه، ص 202.

أي هي الدراسات العمودية التي تتبع تاريخ تطور النمط الغذائي الشعبي على عكس الدراسات الاثنوغرافية، فالطعام هو تجسيد لثقافة عبر التاريخ وكذا إبراز العوامل التي ساهمت في تطور الطعام بداية البيئة فالإنسان ابن بيئته وعليه أن يبتكر ويطور في طعامه ليواجه البيئة الطبيعية ومناخها وفقا لمعتقدات دينية فهو يأكل كل ما هو حلال ومباح في ديانته وينبذ كل ما هو محرم ، وكذلك سرد بعض العوامل التي ساهمت في تطوير الطعام مثل التغيير الثقافي من خلال الاحتكاك بالشعوب الأخرى والتأثر بها إما عن طريق العولمة ووسائل الإعلام والاتصال وما تبثه من أطباق جديدة غريبة عن الثقافة الشعبية أو مشابهة لها، أو التغيير الاقتصادي وما له من تأثير على نوع الطعام طبعا في ثقافة محلية معينة .

3-3 دراسات مقارنة:

هذا النوع من الدراسات لا يكفي بدراسة ثقافة محلية واحدة أو مجتمع محلي واحد، بل يدرس أوجه الاختلاف والتشابه بين الأنماط الأفقية لثقافة الطعام في عدد من الأقاليم ذات الثقافة المشابهة، وكذلك الأسباب التي أدت إلى ظهور الاختلافات التي أدت إلى استمرار التشابه في بعض عناصر ثقافة الطعام التي ظلت مشتركة. وقد تدور المقارنة حول أي من العناصر المذكورة في إطار الدراسات الاثنوغرافية، أو حول مجموعة من تلك العناصر، فقد يكون موضوع المقارنة مثلا كيفية صنع الخبز في أقاليم الوطن العربي المختلفة ، وقد تدور المقارنة حول ثقافة الخبز ككل بدءا بزراعة أنواع الحبوب المختلفة وحتى مرحلة الاستهلاك¹.

بمعنى أن الدراسات المقارنة هي الدراسة التي تبحث في أوجه التشابه وأوجه الاختلاف بين ثقافة الطعام بناء على الدراسات الاثنوغرافية والتتبع الأفقي لانتشار ثقافة الطعام في جميع أنحاء العالم، يشتركون في بعض الصفات ويختلفون في بعضها والبحث في الأسباب التي ساهمت في اختلاف ثقافة الطعام من

¹ المرجع نفسه، ص202.

مجتمع لآخر فنأخذ على سبيل المثال طريقة صنع الخبز فهي تتباين من مجتمع إلى آخر وهو متنوع بتنوع الثقافات.

4-وظائف الطعام الشعبي :

إن الطعام هو جانب هام جدا لقياس مستوى المعيشة والقيم الجمالية لمجتمع معين ذلك لأنه يعكس بأدواته وأنواعه الثراء النفسي والاجتماعي لهذا المجتمع.بين الأخصائيين إن نظام الأكل وعاداته تستند إلى جذور عميقة بالنفس البشرية ومطبخنا التقليدي وأطباقه وعاداته أشهر من أن تشرح بغناها ومدلولاتها الاجتماعية فمثلا إكرام الضيف يكون بتقديم شتى أنواع الطعام الموجود ، وطعام العائلة لا يكون فرادى بل يتم الانتظار لتجتمع العائلة كاملة ، كما يوجد تنوع غني وتخصيص لأنواع الطعام حسب المناسبات (أي هناك طعام محدد للأعراس والمأتم ...الخ)، وتشبيه الناس بأنواع الطعام مثل السمنة والعسل ،وكذلك توطيد أواصر الصداقة والتعاقد تكون بمشاركة الطعام <<المالحة>>إضافة إلى الكم الهائل من الأمثال الشعبية التي تتعلق بالطعام...الخ¹

ومنه فالطعام هو أهم الجوانب الإنسانية حيث يعد أساس قياس مستوى المعيشة والقيم الجمالية والاجتماعية لكل مجتمع حيث يعكس كافة الجوانب النفسية والاجتماعية وهذا حسب ما يراه الاخصائيون في هذا المجال وهو يعبر عن رمزية معينة مثلا اللمة على المائدة دليل على الوحدة والاجتماع الأسري الخ.

ومن الأمثال الشعبية التي تناولت موضوع الطعام الشعبي نجد:

¹نبيل محمد دقيل فريد، عادات وآداب المائدة في السودان:دراسة فكلورية في منطقة المحسن بشمال السودان،دراسة افريقيا ص87.

من أقوال عبد الرحمان المجدوب¹:

أَلْخُبْزُ يَا أَلْخُبْزُ وَأَلْخُبْزُ هُوَ الْإِفَادَةُ

لَوْ مَكَانَ أَلْخُبْزُ مَا يُكُونُ دِينٌ وَلَا عِبَادَةُ

بمعنى أن الخبز هو أساس غذاء الفرد وهو موجود في كل المجتمعات وهو مفيد للحفاظ على صحة الإنسان وكذا قدرته على تأدية مختلف العبادات.

وكما يقول المثل الشعبي:

الماكلة يبداها زعيم، ولا كريم، ولا كبير كرش

وفي مجتمعنا أول من يتقدم للطعام هو الزعيم احتراماً لمكانته في المجتمع، أو الكريم وهذا لجوده لكي لا يخجل ضيوفه فيبادر هو بأكل الطعام أولاً، أو كبير الكرش وهو الجشع والطماع الذي لا يعرف معنى الخجل ويفكر ببطنه.

ويقول المثل الآخر:

اضرب بذراعك تاكل لمسقي

ولمسقي هو الكسكس أو الطعام الذي يتطلب جهد وهو من الأطعمة المتوارثة وهو طعام تقليدي بمكونات بسيطة .

الطعام ضروري للحياة ولكنه في المجتمعات الإنسانية لا يحضر ولا يقدم ولا يستهلك طرق تتطلبها حاجات الإنسان البيولوجية فقط، بل أن كل خطوة يعالج بها الطعام، من بداية الإنتاج حتى

¹ عبد الرحمان الرباعي، قال المجدوب ...!، دار الكتاب، طبعة 3، الجزائر، 2011، ص 79.

الاستهلاك (والعمليات اللاحقة المرتبطة بالاستهلاك والمترتبة عليه) تخضع لقوانين وعادات وتقاليد وآداب وأعراف كلها موروثا اجتماعيا يفهمها أبناء المجتمع الواحد ويتعلمونها من اجل تبادل المعاني وتنظيم العلاقات الاجتماعية بينهم ، وهم عن طريق مراعاة هذه القوانين والآداب والأعراف وعن طريق التلاعب بها وحتى كسرهما والخروج عليها، يصوغون معاني ورسائل يتبادلونها من خلال استعمال "لغة" الطعام الشعبي المحلي .

ولطعام في هذا الصدد ميزات تجعل منه حقلًا غنيا بالمعاني والرموز الاجتماعية والثقافية، منها أن الطعام يدخل جسم الإنسان ويُهضم ويصبح جزءا من مبنى الجسم ، وان الطعام يدخل في تحديد شروط ردود فعل الإنسان وضبط سلوكه عن طريق الثواب والعقاب منذ اللحظة الأولى من حياة الطفل، فالطعام يرتبط منذ الصغر بالوالدين وبأفراح العائلة المباشرة ، كما يرتبط بالمناسبات المشحونة بالعواطف والمعاني والارتباطات في حياة الفرد والكثير من التفاعلات والعلاقات في حياة المجتمع المحلي ككل¹.

بمعنى أن الطعام لا يؤدي وظيفة بيولوجية للحفاظ على حياة الفرد فحسب بل يؤدي وظيفة ثقافية لأنه يخضع لقواعد وقوانين متوارثة اجتماعيا .

كما يحمل عدة معاني ورموز اجتماعية وثقافية ، فالاجتماع حول المائدة وطريقة الاكل ترمز الى الالتزام وتماسك العلاقات بين افراد المجتمع الواحد.

كما ينظم العلاقات الاجتماعية بين أفراد المجتمع من خلال تبادلهم لمعاني الطعام وصياغة معاني جديدة وفقا لتلك الثقافة.

¹شريف كناعنة، مرجع سابق،ص203.

والطعام يسهم في تهذيب سلوك الفرد وردود فعله عن طريق الثواب والعقاب التي تربي عليها الفرد وسط مجتمعه.

5-الطعام الشعبي في المجتمعات:

إن الطعام الشعبي هو موروث شعبي توارثه الأجيال جيل بعد جيل ، وهو يمثل أداة تتواصل بها الشعوب مع بعضها البعض من خلال تبادل الوصفات والأطباق ولكل مجتمع خصوصيته في إعداد الطعام. ومن هنا سأقدم بعض الأطعمة الشعبية في المجتمعات:

5-1-مصر القديمة:

ومن الأطعمة الشعبية في مصر نجد

لحم البقر المتبل المجفف:

تفسد اللحوم بسرعة في مناخ مصر الساخن، وذلك حفظ جزء من اللحم المذبوح بتجفيفه كان ممارسة متبعة يصورها كثير من رسوم المقابر. ويشكل خليط المعالجة لغزا من الألغاز، بالرغم أن الملح كان معروفا لمدة طويلة بأنه يسرع التجفيف.وقد اثبت العلماء أن بعض التوابل يكبح نمو البكتيريا في اللحوم، ولكن يضل غي معروف حدس المصريين هذه الكيمياء سنوات من سنوات مراقباتهم الطويلة.ولان التجفيف بالشمس غير علمي في اغلب المناخات في الولايات المتحدة الأمريكية ، فيوضع اللحم في فرن خفيض لتقريبه من البيئة الصحيحة¹.

¹كاثي كوفمان، الطبخ في الحضارات القديمة ، تر سعيد الغانمي، هيئة أبو ظبي للسياحة والثقافة-كلمة-، طبعة 1، أبوظبي 2012، ص 138.

وهي عبارة عن لحوم تضاف إليها التوابل والملح وتجفف تحت أشعة الشمس وذلك لان الملح يساعد في عملية كبح نمو البكتيريا وتعفن اللحوم وتلك التوابل تعطي طعنة خاصة للحمة وتجفيفها في الشمس يساعد في الحفاظ عليها لمدة أطول ويستخدم هذا اللحم المجفف في عدة أطباق تقليدية، ويعرف في مجتمعي المحلي " بالقديد".

مكونات هذا اللحم المجفف هي:

4/1 ملعقة شاي من الكمون المطحون؛

2/1 ملعقة شاي من الكزبرة المطحونة؛

4/1 ملعقة شاي من الخردل المطحون؛

2/1 ملعقة شاي من بذور النيلة؛

2/1 ملعقة شاي من السماق المطحون

4/1 ملعقة شاي من الشمرة المطحونة؛

4/1 ملعقة شاي من الحلبة المطحونة؛

1 ملعقة شاي من الملح،

1 الحمة كتف أو خاصرة، بحدود رطل واحد مقددة إلى شرائح سمك كل منها لا يزيد عن 2/1 انش¹.

الانش هو وحدة قياس الأطوال .

¹المرجع نفسه، ص138.

ويذور النيلة وهو نبات من فصيلة البقوليات، كذلك يعتبر عشبا طبيا يشفى من أوجاع المعدة

تخلط هذه المكونات مع بعضها ويقطع اللحم إلى شرائح رقيقة نوعا ما ويتم رشها بهذه المكونات ثم تعرض للشمس لكي تجف.

2-5 اليابان:

يعتبر المطبخ الياباني مطبخا غير معقد مقارنة بالمطبخ الصيني المشهور عالميا.

فالأرز المسلوق في الماء دون إضافة أي توابل أو صلصة إليه، لا يعتبر مجرد كم من الطعام يملا المعدة في الوجبة اليابانية التقليدية ، ولكنه يعد من أهم أركان الوجبة اليابانية ذات القيمة الغذائية العالية. فالياباني يتناول في وجبته كميات كبيرة من الأرز، مع قطعة صغيرة من السمك والخضراوات أو المخللات¹.

بمعنى أن المطبخ الياباني يتميز بالمرونة عكس المطبخ الصيني الذي يتسم بالتعقيد، ويعد الأرز المسلوق في الماء دون إضافة أي بهارات وجبة تقليدية يومية ذات قيمة غذائية مهمة لما يحتويه من فوائد لجسم الإنسان، فاليابانيون يتناولون الأرز بشكل يومي وبكميات كبيرة مع قطعة صغيرة من السمك النيئ أو الخضراوات وهي وجبة متوارثة شعبية وتعبّر عن ثقافة اليابانيين وعاداتهم في إعداد الطعام وتناوله.

السوشي والساشيمي Zhshia & Sashimi:

هي شرائح من سمك التونة أو الماكريل أو أنواع أخرى ممتازة. تختار السمكة الطازجة بعناية فائقة وينزع الجلد ، ويختار الطباخ أجزاء معينة من السمكة يقطعها بسكين رفيع حاد إلى شرائح بسمك 1/2 بوصة، ويراعي أن القطع يكون في اتجاه النسيج اللحمي، وتقدم قطع السمك محاطة بقطع من الخيار والفجل لها

¹أدوين رايشاور، اليابانيون، تر ليلي الجبالي، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، أبريل 1989، ص 36، 37.

إشكال هندسية جميلة، ويؤكل السمك ((النبي)) بغمسه في صلصة ((الصويا)). ويتعجب الأجانب لان اليابانيين يأكلون هذا النوع من قطع السمك دون أن يقترب من النار، أو حتى الماء المغلي أو حتى تخليطه بالملح، ويعتبرونه نوعاً من افتراس لحم السمك ((النبي))، ولكن الحقيقة انه بالتجربة وجد أن له مذاقاً لذيذاً فعلاً وخاصة الأكل لا يشعر مطلقاً لا بطعم السمك ولا رائحته.¹

السوشي والساشيمي هو طبق شعبي ياباني وهو طبق يؤكل نيئاً وهو عبارة عن قطع من سمك طازج من أجود أنواع الأسماك تضاف إليه قطع من الخيار والفجل. ويؤكل نيئاً لأنه في اعتقاد الياباني انه يفترس اللحم النيئ، وهي من العادات الشعبية المتوارثة ونجد مثل هذه الصفات في مجتمعنا مثل أن هناك أشخاص يأكلون كبد الشاة نيئة.

5-3- الجزائر:

ومن الأطباق الجزائرية التقليدية نجد:

الكسكسي²:

الكثير من العائلات الجزائرية تفضل تناول طبق الكسكسي التقليدي الذي يدخل في باب العجائن

الخفيفة كوجبة سحور في رمضان ويقدم على طريقتين أو ثلاثة، إما بالمرق ويكون إما باللحم أو الدجاج، أو بالزبيب والمكسرات، أو بالعسل .

المقادير المطلوبة:

كـلـغ كـسـكـسي -1 كلغ لحم ضأن أو دجاج بحسب الرغبة- بعض السمن- حبة بصل- جزر _ 3 حبات

لفت _ رطل كوسة _ 1 حبة بصل _ 100 غ حمص مسلوق أو منقوع في الماء لليلة على الأقل - ملعقة

¹ عبد الفتاح محمد شبانة، اليابان العادات والتقاليد وإدمان التفوق، مكتبة مدبولي، القاهرة، 1996، ص 59.

² الكسكسي الجزائري، <http://www.vitamedz.org/>، 27/02/2018، 23:00.

ونصف صلصة طماطم - رأس الحانوت - قرفة عود- جوزة الطيب- فلفل احمر - فلفل حار - ملح-فلفل أسود-وبإمكانك إضافة خضار أخرى بحسب الرغبة ولو أنها في الجزائر تعتمد على البطاطا-الكوسة-بيض مغلي للتزيين.

الطريقة :

بللي الكسكسي ورشيه بقليل من الملح ثم ضعيه في إناء خاص به والمعروف في الجزائر بالكسكاس، وهو شبه طنجرة فيه ثقوب في قلبه يوضع فوق القدر مباشرة، نضع فيه الكسكسي حتى يجف ثم نضعه فوق قدر مملوء بالماء حتى اليديين ونغلق حوافه بقطعة قماش رقيقة مبللة"القفال" حتى لا يخرج البخار بكثرة ونتركه حتى يفور مدة10د على النار، ثم نعيد تبليله بقليل من الماء ونرجعه إلى النار ونكرر العملية مرتين أو ثلاثة، ثم نتركه ينضج، بعدها نضعه في وعاء عريض وندهنه بالسمن مع حكه بالكفين لضمان دخول السمن فيه

تحضير المرق :

نضع الخضر المقطعة عموما طوليا في القدر ونتبلها بالتوابل المذكورة سابقا ونجعلها تتقلّى وتتجمر مع قليل من السمن ومع الحمص طبعا وان كانت عندك بازلاء لا ضرر من إضافتها، ثم نضيف مقدار 2 لتر من الماء في القدر، ونتركها تنضج قليلا ، وقبل أن ينضج تماما نضيف له صلصة الطماطم، كونها تعيق طهو الخضر في البداية .

أما بالنسبة للكيفية الثانية فالكسكسي يحضر بنفس الطريقة، الفرق الوحيد أننا نضيف له الزبيب أو العنب المجفف والمنقوع في الماء والمصفى ونسقيه بالعسل وهناك من يفضله بالسكر، ويتناول هنا مع اللبن أو الحليب.

ومن هنا فالكسكسي هو طبق تقليدي جزائري له مدلولاته حيث يقدم في المناسبات والاحتفالات وبالتالي فهو يرمز للفرحة واللّمة والترابط الاجتماعي .

خلاصة:

في الأخير يمكن القول بان الطعام الشعبي هو طعام تختص بيه جماعات محلية عن غيرها، يحضر بمكونات محلية المنشأ ونابعة من البيئة المحيطة يؤدي وظائف بيولوجية وأخرى رمزية مثل توطيد الأواصر والعلاقات بين انفراد المجتمع الواحد.

وان هذه الراكلات تتباين وتختلف من مجتمع لأخر.



الفصل الرابع



تمهيد

1- تعريف الوجبات السريعة

2- نشأة الوجبات السريعة وأسباب ظهورها.

3- صفات الوجبات السريعة

4- مكونات الوجبات السريعة

5- إدمان الوجبات السريعة

6- مخاطر الوجبات السريعة

7- وجبة كينتاكي أنموذجا

خلاصة

تمهيد:

إن الوجبات السريعة هي وجبات تمتاز باختصار الوقت والجهد وهي من مفرزات العولمة وخروج

المرأة للعمل.

إذ نجد أن أوقات الدوام أو العمل تكون في فترة صباحية و فترة مساءية وهناك وقت قصير بين

هاتين الفترتين لتناول الغداء مما أدى بهم إلى اللجوء إلى مثل هذه الوجبات وفي هذا الفصل سنتعرض إلى

ماهية الوجبات السريعة.

1-تعريف الوجبات السريعة:

هي عبارة عن أغذية تحضر وتؤكل في فترة قصيرة (بشكل سريع)¹

بمعنى أن الوجبات السريعة هي عبارة عن وجبات تحضر في وقت قصير وتؤكل بسرعة.

وهي الأطعمة التي يتم تحضيرها بوقت اقل من الوجبات العادية المحضرة في البيت، وهي سهلة التحضير ولذيذة المذاق²

وتعرف أيضا بأنها الوجبة التي تحتوي على أطعمة سريعة التحضير مثل شطائر الشاورما والبرجر والفلافل والفتائر والبيتزا وقطع الدجاج المقلية، مع مشروب غازي أو كأس من العصير وشرائح البطاطس المقلية، وأهم ما يميز الوجبات السريعة أنها لا تحتوي على الفاكهة والسلطات، وأنها تؤكل على عجل³.

بمعنى أن الوجبات السريعة التي تحضر في وقت قصير مقارنة بالوجبة العادية التي تحضر في البيت تتميز بمذاقها اللذيذ وسهولة في التحضير. و الوجبة التي تحتوي على أطعمة سريعة التحضير تقدم مع مشروب غازي أو عصير وتؤكل في عجلة.

وهي كل وجبة تقدم جاهزة، تشتري وتؤكل بعيدا عن المنزل⁴

¹إدارة الصحة العامة، الوجبات السريعة، (مطوية)، وزارة الصحة، قسم التغذية، البحرين، 2011، ص3.

²أحمد يوسف ريان، بحث عن الوجبات السريعة، 2016/01/28، Mawdoo3.com، 2018، 20:30/02/27.

³زياد إبراهيم ، الوجبات السريعة، www.tabib.com/fastfood، ص2.

⁴ Steven G Alanada ,THE STOP :GO FAST FOOD NUTRITIO GUIDE ,montain perss,United states America,2010 , p1.

ومن هنا فالوجبات السريعة هي وجبات سهلة تحضير تحضر في وقت وجيز، بعيدا عن المنزل. تؤكل في عجلة وان لها مذاق رائع يجذب الصغار والكبار مثل: البيتزا والشاورما والبطاطا المقلية وغيرها من المأكولات السريعة .

2-نشأة الوجبات السريعة وأسباب ظهورها:

2-1-نشأة الوجبات السريعة :

بالرغم من أن الوجبات السريعة تقدم على أنها تميل للحضارة المتقدمة إلا أن لها تاريخ قديما قبل أن يكون له تاريخ حديث فقد عرفته روما قديما منذ حوالي 2000 سنة وكانت غالبا تتكون من الخبز ، والزيتون وبعض المشروبات وعرفت في العصور الوسطى في المدن الأوروبية مثل لندن وباريس وشملت أصنافا مثل المعجنات ، الفطائر المحشوة (بالحم -الخضراوات-الفواكه)واللحوم المطهوه، أما الشطيرة (السندويتش) بدأت في الانتشار في بريطانيا في القرن الثامن عشر حيث قام احد العمال بلف لحم فير الخبز لكي لا يؤخر عمله بالإضافة إلى أن المملكة المتحدة تبنت وجبات سريعة من العديد من الحضارات مثل البيتزا (الايطالية) ، (النولز الصينية) والكباب الذي اخذ من المدافعين الأتراك خلال الحملات الصليبية أما في اليابان فقد عرفوا السوشي كوجبة تقليدية وسريعة أيضا وبدأت في الولايات المتحدة الأمريكية في أواخر القرن التاسع عشر وبداية القرن العشرين وهم أكثر الشعوب تفننا واستهلاكا بحيث وصفهم احد مؤلفي بلادهم بأنهم امة الوجبات السريعة.

وكان زبائن هذه الوجبات قديما هم الأشخاص الذين يعملون وقيمون بعيدا عن أسرهم، أو الفراء

الذين لا يملكون أدوات لطهي الطعام في منازلهم، أو المسافرين الذين يمرون بالمدينة.

وفي سنة 1951م ورد مصطلح الوجبات السريعة (**fast food**) في قواميس اللغة الانجليزية لأول مرة¹.

فعلى مدار العقود الثلاثة الماضية اخترقت "الوجبات السريعة" كل حي وكل حارة وكل منعطف في المجتمع الأمريكي ولاحقا العالم قاطبة بفضل عولمة الاقتصاد وصناعة الغذاء هذه بدأت بحفنة تعد على أصابع اليد الواحدة من عربات النفاق والهامبرغر في جنوب كاليفورنيا والتي انتشرت كالنار في الحطب في المجتمع الأمريكي حيث أصبحت تباع الساندويتشات والوجبات السريعة أينما وجدت زبائن يحملون نقود. وقد أصبحت الوجبات السريعة اليوم بعد ثلاثة عقود تباع في المطاعم ومناطق اصطافاف السيارات، والساحات الرياضية، والمطارات، وحدائق الحيوان والمدارس والثانوية والابتدائية والجامعات والسفن والقطارات والسوبرماركت والمجتمعات التجارية ومحطات الوقود وحتى في مطاعم المستشفيات²

ومن هنا نجد أن الوجبات السريعة قديمة وعرفتها المجتمعات منذ القدم ولا ترمز للحضارة والتقدم، فهي موجودة منذ القدم ولا تقتصر على الوجبات السريعة بمكوناتها الحالية، فيعد الخبز والزيتون وجبة سريعة لبعض المجتمعات في العصور الوسطى، فهي أمريكية الأصل وانتشرت في أنحاء العالم .

2-2- أسباب ظهور الوجبات السريعة:

هناك أسباب عديدة لظهور الوجبات السريعة نذكرها كما يلي:

- تغير أسلوب الحياة؛
- الزيادة في ساعات العمل ؛
- سهولة الحصول عليها؛

¹إدارة الصحة العامة، مرجع سابق، ص4.

²وليد احمد السيد، المدينة في عصر العولمة: تحديات بيئية غير مسبوقه والعلاقة السلبية على رفاة وصحة الانسان، (د،ن)، لندن، (د ت)، ص277.

- خروج المرأة للعمل ؛
- ضعف العلاقات الأسرية وإعطاء الشباب والمرافقون والأطفال مزيدا من الحرية والتنقل والتجوال¹؛
- العولمة؛
- وهي أهم الأسباب التي أدت إلى ظهور الوجبات السريعة "العولمة هي الأمركة في كل شيء حتى في الطعام والملابس وكذلك أصبت مطاعم الوجبات السريعة مثل ماكدونالد رمز من رموز العولمة الأساسية"²؛
- العمل خارج البلد دون عائلات³

ومن هنا يتبين أن الوجبات السريعة ظهرت لعدة أسباب منها خروج المرأة للعمل في المصانع والشركات وبالتالي ظهرت الوجبات السريعة لسد حاجات الإنسان وإشباعه ، وهي تدل على تغير في أسلوب العيش فأصبحت الوجبات السريعة تعبر على نمط ثقافي جديد وسلوك جديد للحياة .

وتعود العولمة أو أمركة العالم من أهم العوامل التي ساهمت في انتشار هذه الوجبات أو تجارة الأغذية وتعد الماركات العالمية لهذه الوجبات اكبر دليل مثل : ماكدونالد، كينتاكي وغيرها .

3-صفات الوجبات السريعة:

تتميز الوجبات السريعة بمجموعة من الخصائص هي:

- سريعة التحضير فلا يحتاج المستهلك لانتظار الوجبة كثيرا؛
- تحتوي على كميات كبيرة من الدهن وبالتالي سعرات حرارية عالية؛

¹نادية صالح العمودي: مرجع سابق، ص11.

²جمعية الدعوة الإسلامية ، الإسلام في إفريقيا، المؤتمر الدولي ،وزارة الإرشاد والأوقاف، ليبيا ،2006، ص11.

³محمد الحجاوي ، عاكف مخامرة ، خدمة الطعام المستوى الثالث،الفرع الفندقي والسياحي، 2017-2018،ص8.

- فقيرة بالعناصر الغذائية المفيدة مثل الفيتامينات والأملاح والمعادن الضرورية كالسيوم والحديد؛
- فقيرة بالألياف الغذائية الضرورية لعمل الأمعاء وعملية الإخراج؛
- غنية بالصوديوم الموجود في ملح الطعام؛
- ذات مذاق ممتاز يجذب صغار السن والكبار والشباب، بالإضافة إلى الإعلانات والهدايا التي ترفق معها في كثير من الأحيان؛
- تمثل تغيرا في رتبة الحياة والأطعمة الاعتيادية¹.

ومن هنا فالوجبات السريعة تتميز بسهولة وسرعة في التحضير فالمقبل عليها يحتاج بضع دقائق للحصول على وجبته، كما أنها غنية بالصوديوم وتفتقر إلى الألياف والفيتامينات التي يحتاج إليها الجسم، وهي رمز من رموز التغير في الحياة بأنواعها العالمية.

4- مكونات الوجبات السريعة:

تحتوي الوجبات السريعة على مجموعة من المكونات نذكرها كما يلي:

- الوجبات السريعة تحتوي على الكثير من السعرات الحرارية وتزود الإنسان بأكثر من نصف احتياجاته اليومية²
- البطاطا المقلية : والتي قد تكون طازجة تقطع وتقلّى في نفس الوقت او مجمدة ومقلية نصف قلية ويقوم الطباخ في المطبخ بقلها القلية الثانية ومن ثم تقديمها ؛

¹ أمل بنت صالح سلبع، الوجبات السريعة وإقبال المراهقين عليها، وزارة التعليم ، السعودية ، (د ت)، ص13.

² أسيل سعيد، أسعار الغذاء ترفع نسبة السمنة، صحيفة الحياة الجديدة ، العدد236، السنة الخامسة، الاحد28/شباط/2016، ص3.

- لحوم مقالية مثل الدجاج أو جوانح الدجاج والسّمك كما تغطى بطبقة من البيض والطحين وفتات الخبز؛
- لحوم مشوية مثل لحم الشاورما الذي يشوى على السيخ ، ولحم البرغر الذي يتكون من خلطة تعجن وتصب في قالب مدور ثم تقلى أو تشوى ؛
- لحوم معالجة مثل النقانق؛
- السكر الموجود في المشروبات الغازية المرافقة للوجبة وعصير الفواكه الصناعية؛
- الكثير من المايونيز والصلصات اللاذعة و الحارة وصلصات الثوم¹.

ومن هنا فالوجبات السريعة يدخل في تركيبها العديد من المكونات مثل البطاطا المقالية واللحوم المقالية والمشوية اضافة غالى الصلصات والمايونيز الذي تضاف أليها والتي من شأنها أن تشبع الفرد وتزود باحتياجاته اليومية للأكل لما فيها من سعرات حرارية .

5-إدمان الوجبات السريعة:

كثرت التحذيرات الطبية هذه الآونة ضد الوجبات السريعة وأضرار الإفراط في تناولها حيث أن كثرة تناول تلك الوجبات وخاصة الدسمة والغنية بالدهون منها قد تؤدي إلى الإدمان عليها بنفس الطريقة التي تسببها المخدرات.

5-1.أسباب الإدمان على الوجبات السريعة:

¹روابي الزهراني، إبرز مكونات الوجبات السريعة، <http://rawabi98zz.wordpress.com>، 21:26، 2018/02/27،

أثبتت التجارب والدراسات أن كثرة تناول الوجبات السريعة بما تحتويه من كميات كبيرة من الدهون ومكسبات الطعم يؤثر على كيمياء المخ ويسلب الإرادة. فيصبح اتخاذ قرار التوقف أو الامتناع عن هذه الوجبات في نفس صعوبة التوقف عن إدمان المخدرات أو إدمان التدخين . ومن ثم يمكن أن نجمل أسباب الإدمان على الوجبات السريعة في النقاط التالية:

- سهولة الحصول على الوجبات السريعة حيث ان كل ما عليك فعله عمد الشعور بالجوع هو التوقف عند اقرب مطعم للوجبات السريعة وتناول ما تشتهيبه في دقائق معدودة.
- طابع الحياة الذي نعيشه اليوم حيث اصطبحت المرأة عامل أساسي في سوق العمل وبالتالي قل وقتها لبيتها فكان لهذا تأثيره أيضا في الاعتماد على الوجبات السريعة بدلا من أكل البيت الذي أصبح عملة نادرة هذه الأيام؛
- تنشيط الأطعمة الدسمة والغنية بالدهون إفراز كيماويات السرور والنشوة في الدماغ، وهذا يجعل متناولي هذه الوجبات يشعرون بالمزاج الجيد بعد تناول هذه الوجبات؛
- مع تناول تلك الوجبات بانتظام تقل الحساسية بالشعور بالسعادة بعد تلك الوجبات، فيلجا المدمن عليها إلى الزيادة منها ليعوض ذلك الإحساس المفقود بالسعادة ويشعر بمزاج أفضل. فيزيد إدمانه حدة وسوء¹.
- الأكل باليدين: مهما كانت الصول الجغرافيا للوجبات السريعة المعاصرة فانه منتوج وضع لتأكله بواسطة أيدينا ،انطلاقا من الأيدي إلى الفم دون أن نحتاج إلى واسطة²

6-مخاطر الوجبات السريعة:

¹إدمان الوجبات السريعة -wiki.com -www.addiction،2018/02/27،23:02

²مراد بلعدي، مرجع سابق،ص127.

الوجبات السريعة هي مصطلح يطلق على أي أكل يحضر ويقدم بطريقة سريعة وأيضا يعرف بأنه أكل يجمع عناصر تحضر بطريقة سريعة سابقة الانجاز، وهذا الأكل يمكن أن يكون جيد ومفيد لأنه يختصر الوقت لكمه ليس طريقة جيدة لتغذية لأنها تحتوي على قيمة غذائية منخفضة وغالبا ما تحتوي على الدهون والسكريات والسعرات الحرارية¹

في زمن باتت سمته الأساسية السرعة في كل شيء، سرعة في الاتصال من خلال تقنيات التواصل الحديثة، وسرعة في نمط حياتنا بشكل عام، فإننا نعيش اليوم في دوامة العصرية السريعة..... والتغيرات التي طرا على أنمطنا الغذائية التي يغلب عليها الطابع السريع حيث بات تناول الوجبات السريعة الخير الأسهل والأسرع للكثير من الناس²

ومن بين أضرار الوجبات السريعة نجد:

- نظرا لاحتوائها على نسبة كبيرة من الدهون والبروتينات فإنها تسبب السمنة المفرطة لمن يتناولها دائما.
- تسبب تصلب الشرايين وأمراض القلب والأوعية الدموية.
- الإكثار في تناول الوجبات السريعة والمشروبات الغازية يؤدي إلى مرض السكر.
- تسبب فقر الدم وضعف عام في الجسم نتيجة عدم احتوائها على عناصر غذائية هامة لبناء الجسم.

¹ Ejaz khan, **10 worst effects of fast**

food ,10/09/2012,http://www.wonderslist.com,08/03/2018,18:30.

²زهراء حسن، الخلاص من السمنة ..الثقافة الغذائية ام العمليات الجراحية،المختار، مؤسسة النبأ للثقافة والإعلام، العدد الثالث عشر، تموز 2015، ص20.

- تؤدي إلى الإصابة بأمراض العمود الفقري.
- قد تكون السبب في الإصابة بأمراض الربو والجهاز التنفسي.
- نتيجة عدم نظافة هذه الأطعمة ونسبة الدهون العالية بها، تسبب مشاكل عديدة في الجهاز الهضمي أبرزها جرثومة المعدة والالتهابات والقرح.
- التسمم الغذائي.
- التهاب حاد في جدار المعدة والأغشية الداخلية للجهاز الهضمي.
- تسبب التشوهات الخلقية للأجنة لأنها خالية من حمض الفوليك المهم في تكوين الجنين والحفاظ عليه.
- تضعف الجهاز المناعي وتعرض الأطفال للإصابة بالعدوى والفيروسات¹.

ومن هنا يتضح أن الوجبات السريعة لها مضار عديدة لما تحتويه من دهون وسكريات وسعرات حرارية التي تتهك صحة الإنسان ، فهي تسبب السمنة المفرطة أي الزيادة في الوزن بشكل مفرط مما يؤدي إلى مشاكل في القلب، وارتفاع السكر، وتضعف الذاكرة... الخ .

7- وجبة كينتاكي أنموذجاً:

هارلند دافيد ساندرز:

الرجل العجوز ذو الشيب الأبيض الذي ترمز صورته لأشهر محلات الدجاج المقلي. لقد كانت رحلة هذا الرجل في الحياة مليئة بالصعاب والشوك. في عامه الأربعين كان ساندرز يطهو قطع الدجاج ثم يبيعه

¹تهير عبد النبي ، أضرار الوجبات السريعة على صحة الجسم،

.01:00،2018/03/09، <http://www.youm7.com/story،2017،02:10/12/06>

للمارين على محطة الوقود التي كان يديرها في مدينة كوربين بولاية كنتاكي الأمريكية، وكان زبائنه يجلسون غرفة نومه لتناول الطعام شيئاً فشيئاً بدأت شهرته تزيد وبدأ الناس يأتون إلى المحطة فقط لتناول دجاجه، ما مكنه من الانتقال للعمل كبير الطهاة في فندق يقع على الجهة الأخرى من محطة الوقود ، ملحق به مطعم اتسع لقرابة 142 شخص¹.

وتأكيداً لنجاحاته وريادته في عالم الوجبات السريعة في السنوات المبكرة نجح في العام 1940 في ابتكار ما أصبح يُعرف بعد ذلك بـ"الخلطة السرية" التي مازالت - على الأقل من الناحية النظرية - سرّاً صناعياً غير مكشوف إلى يومنا هذا، وهي عبارة عن خليط من 11 نوعاً مختلفاً من البهارات والتوابل الخاصة طوره (ساندرز) بنفسه في مطبخه.

وفي مطلع الخمسينيات تعرضت طموحات (ساندرز) التجارية لضربة كبيرة حين تحول الطريق السريع الذي كان مطعمه يقع عليه إلى طريق فرعي حين جرى استبدال طريق آخر جديد أوسع به، الأمر الذي خفض مبيعات مطعمه بوضوح وجعله مجرد مطعم هامشي لا يكاد يلتفت إليه أحد.

وكان على (ساندرز) أن يتصرف بسرعة وإلا فإن المستهلكين كانوا سينسون دجاجه وخلطته السرية بسرعة، ولذلك قرر البدء في بيع تراخيص لمطعمه واخلطته السرية بنظام التوكيل التجاري أو "الفرانشايز"، وكان يحصل على عمولة قدرها خمسة سنوات عن كل قطعة دجاج يتم بيعها في المطاعم التي تعاقدها معها بأسلوب الفرانشايز.

¹ رؤف شبايك، 25 قصة نجاح، شبكة الكتب، الباقة الأولى، ديسمبر 2008، ص5

وقد حققت طريقة التوسع الجديدة تلك نجاحاً هائلاً بدون أن تكبد (ساندرز) أي تكاليف أو مخاطر تُذكر، باستثناء احتمالات فقدان "سر الخلطة". وبحلول العام 1960 كانت سلسلة مطاعم "دجاج كنتاكي المقلي" تملك أكثر من 600 فرع بالولايات المتحدة وكندا¹

¹ هكذا بدأت رحلة مؤسس امبراطورية دجاج "كنتاكي"، <http://www.arrajol.com>، 2018/03/10، 22:27.

خلاصة:

إن الوجبات السريعة سريعة التحضير بمكونات بسيطة ذات مذاق جيد يجذب الكبار والصغار ، لا تستغرق الجهد والوقت التواء إعدادها ، وقد نشأت هذه الوجبات السريعة بفعل العولمة وخروج النساء لعمل .

إن هذه الوجبات قد تؤدي إلى الإدمان عليها ، كما تؤدي إلى مخاطر على الصحة منها السمنة

وتصلب الشرايين.



الفصل الخامس



خطة الفصل:

تمهيد

1. التعريف بمجتمع الدراسة

1-1 موقع ومناخ مدينة تبسة

2-1 أصل التسمية

3-1 عادات وتقاليد المنطقة

2. الطعام في المجتمع التبسي

1-2 الوجبات التقليدية

2-2 الوجبات السريعة

3. عينة الدراسة

4. تحليل بيانات الدراسة

1-4 على مستوى المخبرين

2-4 على مستوى المبحوثين

5. المقارنة بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

6. نتائج الدراسة

7. مقارنة بين نتائج الدراسة والدراسات السابقة.

خلاصة

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

تمهيد:

إن الدراسة الميدانية لا بد أن تقوم على ساس وقواعد ومناهج من اجل التوصل إلى نتائج دقيقة ، ونجد أن الوجبات السريعة والتقليدية تختلف من منطقة إلى أخرى ومن زمان إلى آخر، لذا كان لا بد من إدراج لمحة عن المنطقة والتي تعطي الأبعاد التاريخية والاجتماعية والثقافية التي ساهمت في بناء الثقافة الشعبية التي تشكلت منها الوجبات التقليدية وكذا معرفة عوامل التغير الاجتماعي والثقافي والتي ساهمت في ظهور الوجبات السريعة و تربعها على الميدان البحثي وذلك من خلال التحليل الانثروبولوجي.

1. التعريف بمجتمع الدراسة:

1-1. موقع ومناخ مدينة تبسة:

تقع هذه المدينة في أقصى الجهة الشرقية لنوميديا قديما والجزائر حديثا يحدها:

- من الشمال ولاية سوق أهراس؛
- يحدها من الجنوب ولاية الوادي؛
- يحدها من الغرب ولايتنا أم البواقي وخنشلة؛
- يحدها من الشرق الجمهورية التونسية.

تقع على ارتفاع 900م على سطح البحر بين خطي طول 8.5 شرق خط غرينتش وبين خطي عرض

35.25 شمالا. شيدت المدينة بين التل والصحراء في السفح الشمالي لجبل أزمر والدكان على منبعي ماء

هما عين سيدي محمد الشريف وعين شهلة (شالة) يبلغ عدد سكان الولاية حوالي 509683 نسمة خلال سنة

1993م منهم 174.770 نسمة يسكنون المدينة تبسة¹.

تشير الدلائل الجغرافية إلى أن المنطقة كانت خصبة وغنية بمواردها الطبيعية تتوفر فيها وسائل العيش

من ماء وهواء ملائم. مناخها عموما جاف (قاري) مرتفع الحرارة صيفا وبارد شتاء وعادة تغطي الثلوج كل

المرتفعات التي تذوب صيفا فتكثر الجداول والعيون الجارية فتنتعش الزراعة ويزدهر الاقتصاد بها¹

تشتهر بالرعي وبالزراعات البعلية كما تشتهر بالصناعات التقليدية المرتبطة بتربية المواشي واستغلال

منتجاتها الصوفية.

¹زايد نور الدين، السجل الذهبي لشهداء ثورة التحرير الوطني لولاية تبسة، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر، (د،ت)، ص16.

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

وقد شهدت بعل الاستغلال اللاعقلاني للموارد الغابية والنباتية والحيوانية والباطنية إلى انكشاف طبقة الغطاء النباتي والغابي عنها وقلة مردودها الزراعي والحيواني¹

1-2. أصل التسمية:

وصف صاحب معجم البلدان -ياقوت الحموي- مدينة تبسة فقال: أن مدينة تبسة، بفتح التاء وكسر الباء وتشديد السين المهملة هي بلد شهير من شمال افريقيا تقع بالقرب من مدينة قفصة ، إحدى مدن القطر التونسي الشقيق.

وورد في الحلال السندسية، الجزء الأول والثاني، إن تبسة بفتح أوله وكسر ثانيه وتشديد السين المهملة هي بلد قديم به آثار الملوك القديمة، وقد خرب أكثرها كما جاء ذكرها في المجلد السابع من تاريخ العلامة ابن خلدون باسم تبسة².

يرجع تسمية "تبسة" إلى الأصل البربري الأول الذي أطلقه عليه سكانها الأصليون، والذي يعتقد حسب الترجمة اللوبية القديمة أنها تعني "اللبوة"³

أقدم النصوص التي تتحدث عن المنطقة تروي عن مدينة شيدها القائد القرطاجي هيراكلاس (HERACLES) الذي أطلق عليها اسم هيكاتومبيل التي تعني بالإغريقية المدينة ذات المائة باب، وقد شبهها بمدينة طيبة المصرية ، فسمها تيبس.

¹ صالح نعيمة، الطب الشعبي في المجتمع التبسي-التداوي بالأعشاب أنموذجاً-، (مذكرة ماستر)، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، قسم العلوم الاجتماعية، جامعة العربي التبسي، 2015-2016، ص53.

² عبد السلام بوشارب، تبسة معالم ومآثر، المؤسسة الوطنية للاتصال والنشر والإشهار، الجزائر، 1996، ص9

³ بومعقودة حفيظة، البنية الحكائية في القصة الشعبية منطقة تبسة أنموذجاً، (مذكرة ماجستير)، كلية الآداب واللغات والعلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة العربي التبسي، 2009-2010، ص6.

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

في الفترة الرومانية غير نوعا ما اسم المدينة تيبس إلى تيفيس ثم إلى تيفاست التي كانت تكتب Theveste وائل صحة Tebest في مسلك انطونيان نجد Thevest أما في طاولة بوتجر فنجد مستعمرة تيفاست Theveste colonia كما نجد العديد من الكتابات اللاتينية التي تتحدث عن تيفاست ، إلى غاية الفتوحات الإسلامية أين تحولت تسميتها إلى تبسة وبقي هذا الاسم إلى يومنا هذا¹

1-3. عادات وتقاليد منطقة تبسة:

العادات هي سلوك اجتماعي متكرر يتم توارثه ويمكن أن تكون العادة فردية وهي سلوك اجتماعي جبري ملزم ، تتكوم انطلاقا من قيم دينية وعرقية تجعل الأفراد تبعاً لها².

العادات والتقاليد المتعلقة بالمنطقة تتنوع بتنوع الحضارات المتعاقبة عليها والتي حافظ سكان المنطقة عليها ولا تزال تمارس إلى يومنا هذا وتتخلص في ما يلي:

• الزربية الموشية:

اشتهرت تبسة بصناعة الزربية المنسوجة بالصوف الرفيع التي تتميز بألوانها المستوحات من الطبيعة، تستعمل في المساجد والبيوت الناضرة، تتميز زخرفتها بالأشكال الهندسية وزنها يصل إلى سبعون كلغ وطولها ستة أمتار ، تنسج بواسطة آلة تقليدية تسمى السداية.

• الحلبي:

¹ حياة بوسليمان، دراسة مكونات مجتمع المدينة تيفاستيس وضواحيها من خلال الكتابات اللاتينية في الفترة الممتدة بين

القرنين الأول والثالث للميلاد، (مذكرة ماجيستر)، كلية العلوم الإنسانية، جامعة الجزائر، 2007-2008، ص9.

² زهر مساعدي، في مفهوم الثقافة وبعض مكوناتها (العادات والتقاليد والأعراف)، مجلة الذاكرة، مخبر التراث اللغوي والادبي في الجنوب الشرقي الجزائري، العدد9، الجزائر، جوان2017، ص36.

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

تتنمي المجوهرات التقليدية لولاية تبسة إلى المجوهرات الوراسية ، تتصف بالفخامة والزخرفة والترصيع بأحجار المرجان ومزينة بالصفحات الجوفة ومن أشهر الحلي الأكثر تداولاً بالمنطقة الأكثر تداولاً نذكر : السخاب ذات العقد القديم،الخلخال ، المقياس، الجبين ، الحزام ، الشعيري، الخلالة ، الخرصة، الشركة ، الحسكة، خيط اللويز ...الخ.

• اللوازم والزرادات

• الغناء

• صناعة الفخار

• الفروسية والفانتازيا

• الصناعات(سروج الخيل....)

• منطقة مشهورة بالأولياء الصالحين

• الأعراس والزفاف التقليدي الذي يرافقه البارود

• المأكولات التقليدية :

الكسكس السفة، الشخشوخة، المفور ، كسرة الشحمة، البراج، السويكة، الرخساس، بودشيش ،

لمسلي، الحوت ولغرايف.¹

2- الطعام في المجتمع التبسي:

الإنسان مدني بالطبع، أي لابد له من الاجتماع الذي هو المدينة في اصطلاحهم، وهو معنى

العمران.وبيانه إن الله سبحانه وتعالى خلق الإنسان وركبه على صورة لا يصح حياتها وبقاؤها إلا بالغذاء

¹فرحاتي حورية، حضور منطقة تبسة ضمن مقتنيات المكتبات العامة بتبسة، (مذكرة ماستر)، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، قسم العلوم الإنسانية، جامعة تبسة، 2015-2016، ص ص 27، 28.

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

وهذاه إلى التماسه بفطرتة وبما ركب فيه من القدرة على تحصيله. إلا أن قدرة الواحد من البشر قاصرة عن تحصيل حاجته من ذلك الغذاء غير موفية له بمادة حياته منه .لو فرضنا منه اقل ما يمكن فرضه وهو قوت اليوم من الحنطة مثلا ، فلا يحصل إلا بعلاج كثير من الطحن والعجن والطبخ¹.

فالإنسان لكي يحافظ على حياته ويقائه لابد له وان يتغذى فهو يؤمن قوته من الطبيعة المحيطة به فالطبيعة تفرض على الفرد نوعا من الطعام لمجابتهها ، ثم بدا شيئا فشيئا بتطوير نمط غذائه من نيئة إلى مطبوخ ومن تقليدي إلى سريع.

إذا فالطعام هو اسم جامع لكل ما يؤكل وكذلك هو كل ما يقتات وهو أولى الحاجيات البيولوجية التي يحتاج إليها الإنسان لكي يستمر ويحافظ على صحته .

فالمطبخ هو المكان المعد لتجهيز وطهي المواد الغذائية²والمطبخ الجزائري يتميز بوصفاته المتعددة بصفة عامة وبصفة عامة يتميز المطبخ التبسي بالمأكولات الحارة والحمراء تتماشى والطبيعة.

ومن أشهر الأكلات الشعبية التقليدية نجد الكسكس الذي تتناوله الأسر التبسية كل يوم جمعة كوجبة غداء وفي الإعراس كطبق أساسي، وشربة الفريك التي يتناولها أفراد المجتمع التبسي طيلة شهر رمضان، والشخشوخة التي غالبا ما ترتفق الأعياد الدينية والمناسبات والأفراح.

2-1. الوجبات التقليدية :

-الكسكس:

¹ عبد الرحمان بن خلدون ،مقدمة بن خلدون، دار صادر، بيروت، 2000ص39.

² نظيرة نيقولا، بهية عثمان، أصول الطهي النظري والعملية، مكتبة النهضة المصرية، طبعة13، القاهرة، 1981، ص1.

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

أو الكسكسي هو أكلة تبيسة تقليدية عريقة متوارثة جيل عن جيل ، يصنع من سميد القمح أو الشعير على شكل حبيبات صغيرة في إناء مستدير من خشب ويسمى بـ "قصعة العود"، يدعك براحة اليد ويسكب الماء من وقت لآخر وتسمى هذه العملية بـ التكسيس أو الفتل. وبعد فترة وجيزة من الدعك يتحول السميد إلى حبات صغيرة ، بعدها يمرر في أدوات خاصة بهذه العملية مثل الغربال والسقط والثاني .

ثم يوضع في إناء خاص لطهيته وسمى هذا الإناء "بالبرمة والكسكاس" .

و الكسكس أنواع :

-الكسكس المالح وهو كسكس باللحم والخضار يضاف إليه الحليب في بعض الأحيان .

-الكسكس الحلو وهو كسكس بالزبيب والسكر أو العسل واللبن.

-الشخشوخة:

أكلة تبيسة تقليدية عريقة متوارثة جيل عن جيل ، وهي من أهم الأطباق التي تقدم في المناسبات الخاصة والاعتیاد، تصنع من سميد القمح أو الفرينة يضاف إليها كمية من الماء والملح تعجن جيدا حتى يتماسك العجين جيدا تقسم العجين إلى أجزاء متساوية ثم تطهو على ادة خاصة تسمى بالطاجين*

يستعمل الزيت في حل الرقائق تطهى الورقة الأولى يضاف إليها الزيت ثم توضع الورقة الثانية وتقلب وهكذا حتى تكتمل.

ثم تقطع غالى شرائح وتوضع في الصحن ويضاف إليها المرق وتزين بالبيض المسلوق والزيتون.

-شرية الفريك:

*الطاجين هو أداة مربعة أو مستديرة الشكل تصنع من الحديد وتستخدم في طهي العجين مثل الشخشوخة أو الكسرة بأنواعها.

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

وهي أكلة تقليدية تقدم في العديد من المناسبات والافراح التبسية مثل شهر رمضان والأعراس.

-البركوكش:

وهو أحد أنواع الكسكسي إلا أن حباته تكون أخشن من حبات الكسكسي العادي، ويقع الحصول عليه بخلط الفرينة بالسמיד، على أن تكون نسبة الفرينة أكثر حتى يمكن الحصول على حبات كبيرة. وفي البركوكش يستعمل اللحم أو القديد

وهو يطبخ على طريقتين:

بالبخار أي باستعمال الكسكاس، مثل الكسكسي العادي. ويقع إعداد مرق خاص، ثم يقع خلط البركوكش بالمرق.

باستعمال القدر، بحيث يقع إعداد مرق به الكثير من الخضراوات والبقول والحمص وعند نضوج المرق يضاف إليه البركوكش.

2-2- الوجبات السريعة:

وهي أطعمة سريعة التحضير تؤكل بعجالة وتتميز ببساطة الثمن ، ومن بين الأطعمة السريعة المتواجدة في تبسة نجد الساندويتش أو ما يصطلح عليه بالعامية كاس كروط وأيضا نجد المقلوب و المحجوبة والبوراك والبيتزا.

-المحجوبة:

هي أكلة تقليدية مشهورة بمدينة تبسة ولقد دخلت هذه الأكلة العالم السريع وأصبحت تباع في محلات الوجبات السريعة وتنافس الوجبات الأخرى. تصنع من العجين ويضاف إليها حشو مكون من اللحم المفروم والبصل والجبن والحار، تطهى على الطاجين وغالبا ما تأخذ الشكل المربع أو المستطيل.

-البوراك:

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

هي أيضا أكلة تقليدية دخلت عالم الوجبات السريعة ، تتكون من عجين رقيق مخصص لصنعها يصطلح عليها في المجتمع التبسي بورق المصوقة، تحشى بالبطاطا المسلوقة والجبن والتونة والكسبرة الطازجة أو الكرافس واللحم المفرومة وبيضة تغلق على شكل مثلث وتقلى في الزيت.

-السومارا:

هي أكلة سريعة مشهورة في تبسة وهي عبارة عن قطعة خبز بها خليط من السردين المعلب والماء يضاف إليها هريسة من الجزر الحارة كما يمكن أن يضاف إليها الجبن والبيض المسلوقة.

-بيتزا:pizza:

وهي وجبة سريعة تصنع بواسطة عجين مضاف إليه الطماطم والزيتون وشرائح الفلفل والبيض المسلوقة والمايونيز.وهي تتنوع بتنوع المواد التي تضاف إليها.وعادة ما تأخذ شكل المثلث أو المربع.

-المقلوب:

هي وجبة سريعة تونسية دخلت إلى المجتمع التبسي بفعل الاحتكاك الثقافي وهي عبارة عجينة بيتزا محشوة بالشاورما والهريسة والجبن والبطاطا المقلية.

-الساندويتش sandwich:

أو ما يصطلح عليه ب كاس كروط وهو الوجبة أكثر انتشار وهو عبارة عن قطعة خبز مضاف إليها البطاطا والجبن وهو متنوع بالإضافات التي تضاف إليه فمثلا عندما يضاف إليه اللحم والمفروم والجبن يسمى ب sanwich spécial، وعندما يضاف إليه الشاورما يسمى ب sandwich chawarma.

3- عينة الدراسة :

العينة sample : هي جزء من المجتمع الذي تجري عليه الدراسة ، يختارها الباحث لإجراء دراسته عليه وفق قواعد خاصة لكي تمثل المجتمع تمثلاً صحيحاً¹

وهي أداة من الأدوات التي يستخدمها الباحث عند قيامه بإجراء دراسة ميدانية على مجتمع كبير وذلك لتوفير الوقت والجهد والمال على أساس أن العينة ممثلة وسوف توصله إلى نفس النتائج في حال قام بدراسة المجتمع ككل²

والعينة في هذه الدراسة هي عينة قصدية والعينة القصدية تعني " أن ينتقي الباحث أفراد عينته بما يخدم أهداف دراسته وبناء على معرفته دون أن يكون هناك قيود أو شروط غير التي يراها هو مناسبة من حيث الكفاءة أو المؤهل العلمي أو الاختصاص أو غيرها وهذه عينة غير ممثلة لكافة جهات النظر ولكنها تعتبر أساساً متيناً للتحليل العلمي ومصدر ثري للمعلومات التي تشكل قاعدة مناسبة للباحث حول موضوع الدراسة"³

فقد اخترت مجموعة من الشباب عددهم 24 مقسمة إلى 12 شاب و12 شابة ، بالإضافة إلى 6 مخبرين .

¹ رحيم يونس كرو العزاوي، مقدمة في منهج البحث العلمي، دار دجلة، طبعة 1، عمان، 2007، ص 161

² مركز الأبحاث الواعدة في البحوث الاجتماعية ودراسات المرأة، الدليل المبسط لإجراء البحوث الاجتماعية، جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، 2016، ص 11

³ زياد احمد الطويسي، مجتمع الدراسة والعينات ، مديرية التربية لواء البتراء، فلسطين، 2001، ص 6.

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

15 ذكر	3-مخبرين
	9-طلبة
	3-عمال
15 انثى	3-مخبرات
	6-طالبات
	3-عاملات

الجدول رقم 01: يلخص مفردات عينة الدراسة.

4- تحليل بيانات الدراسة:

4-1- على مستوى المخبرين:

اعتمدت في الدراسة الميدانية على مجموعة من المخبرين وعددهم 6 وقد قسمت المخبرين إلى ثلاثة مخبرين فيما يخص الوجبات التقليدية وثلاثة مخبرين فيما يخص الوجبات السريعة.

الوجبات السريعة:

المخبر الأول : السيد "ر" عمره 28 سنة عامل بمطعم وجبات سريعة 8 سنوات تقريبا.

عند مقابلة المخبر وتم تعريفه بموضوع الدراسة وعند شروعي في طرح الأسئلة عليه كانت إجابته كالاتي:

- ما هو أكثر وقت يستغرقه إعداد وجبة سريعة؟

كانت إجابة المخبر بان أقصى وقت يستغرقه إعداد وجبة سريعة هو عشرة دقائق فمثلا الساندويتش العادي

وما يصطلح عليه بالعامية كاسروط نورمال لا يستغرق أكثر من خمسة دقائق.

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

-ما هي أهم المكونات التي تدخل في إعداد الوجبات السريعة؟

إن أهم المكونات التي تدخل في إعداد الوجبات السريعة هي البطاطا المقلية اللحم والشاورما * والجبن والبيض والزيتون والحار والمايونيز .

فمثلا لإعداد ساندويتش عادي نحتاج إلى قطعة من الخبز وبطاطا مقلية وقطعة من الجبن وزيتون والحار .

-ما الفرق بين الوجبات التقليدية والوجبات السريعة حسب رأيك؟

يقول المخبر بان الوجبات السريعة اخف من الوجبات التقليدية علة المعدة ولا تستغرق وقت أطول ولا تكلف الجهد وبالتالي نجد أن مختلف الناس ينفرون من الوجبات التقليدية .

المخبر الثاني:

السيد:"أ" عمره 30 سنة صاحب مطعم وجبات سريعة منذ عشر سنوات.

-ما هو أكثر وقت يستغرقه إعداد وجبة سريعة؟

بدا المخبر في البداية يحدثني عن الوجبات السريعة والخفيفة المتنوعة والمتعددة ،فقال إن أكثر وقت يستغرقه إعداد وجبة سريعة هو خمسة دقائق بالكثير هذا ان وجد في اللحم، أما اذا كانت عادية دقيقة او دقيقتان .

-ما هي اهمم المكونات التي تدخل في إعداد الوجبات السريعة؟

يقول المخبر بان أهم المكونات التي تدخل في إعداد وتركيب الوجبات السريعة هي البطاطا المقلية ، اللحم المفروم، الجبن بانوا عه، الشاورما، الخس، الطماطم، المايونيز ، الزيتون وخبز ،البيض .

*الشاورما: هي عبارة عن صدور دجاج متبلة تشوى بواسطة آلة خاصة

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

فمثلا لأعداد وجبة سريعة les bannez نحتاج إلى الشاورما والبطاطا المقلية، والجبن، وشريحة خبز الشاورماو توضع المكونات داخلها ثم تضغط بواسطة آلة خاصة .

-ما الفرق بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية حسب رأيك ؟

يقول المخبر بان الوجبات السريعة هي أكلات خفيفة لا تشبع الفرد بالقدر الكافي حسب رأي الفرق يكمن في الوقت المستغرق لإعداد كل واحدة منهما وكذلك طريقة العمل "منقدرش نطيب لورق تاع شخصوخة وانا واقف"

وكذلك المكان المخصص لطهي.

المخبر الثالث:

السيد:"ع" عمره 36 سنة ، صاحب محل وجبات سريعة منذ تسعة سنوات

-ما هو أكثر وقت يستغرقه إعداد وجبة سريعة؟

بدا في البداية يحدثني على الوجبات السريعة، فأجابني بان الوقت يتراوح بين الأربعة دقائق و ربع ساعة ، فالبيتزا تحتاج تقريبا إلى 15 دقيقة لكي تجهز وتقدم لزبون أما، الساندويتش بالتقريب أربعة دقائق .

-ما هي أهم المكونات التي تدخل في إعداد الوجبات السريعة؟

إن مكونات الوجبات السريعة بسيطة وسهلة نحتاج إلى الخبز ، البيض، البطاطا المقلية، الجبن ، الزيتون، الخس، الطماطم ، الفلفل المخل.

-ما الفرق بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية حسب رأيك ؟

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

حسب رأي المخبر أن الوجبات السريعة وجبات خفيفة لا تحتاج وقت كثير لإعدادها تؤكل في عجال باستخدام اليد تؤكل في أي مكان على عكس الوجبات التقليدية التي تحتاج الوقت والجهد في إعدادها تؤكل بالراحة ولها وقتها الخاص.

الوجبات التقليدية:

المخبرة الأولى:

السيدة "ن" امرأة من المجتمع التبسي تبلغ من العمر 65 سنة وهي ربة بيت، وتعايشت مع المجتمع التبسي. عند مقابلة المخبرة وتم تعريفها بموضوع الدراسة وعند شروعي في طرح الأسئلة عليها كانت إجابتها كالاتي:

- ما هو الوقت المستغرق لإعداد وجبة تقليدية ؟

كانت إجابة المخبرة بان الوجبة التقليدية تختلف من حيث الوقت من وجبة إلى أخرى فالشخسوخة مثلا تستغرق وقت وتكلف الجهد في إعدادها مقارنة مع الكسكس.

وعلى حساب الكمية فهناك فرق بين الوقت المخصص لإعداد وجبة غذاء أو عشاء لأفراد العائلة و إعداد وليمة للعرس أو حفل أو ما شابه.

- ما هي أهم المكونات التي تدخل في إعداد الوجبات التقليدية؟

تقول المخبرة بان كل منطقة تأخذ مكوناتها من المنطقة أو من البيئة المحلية التي توجد بها .

فالمجتمع التبسي يحبذ المأكولات الحارة والحمراء.

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

فمثلا إن أهم المكونات التي تدخل في إعداد وجبة الكسكس نحتاج إلى اللحم "احمر أو ابيض" إلى الخضروات مثل البطاطا البصل، الثوم، الجزر، الجيروتات (الكوسا) ، ونحتاج أيضا إلى الحمص ، الطماطم. ونحتاج إلى التوابل "رأس الحانوت أو لفاح" والكسكس.

- ما الفرق بين الوجبات التقليدية والوجبات السريعة حسب رأيك؟

تقول المخبرة بان الوجبات التقليدية أفضل من الوجبات السريعة من حيث المنفعة والتغذية والفيتامينات التي يتزود بها الجسم على عكس الوجبة السريعة التي لا تنفع وحسب رأيها إن الوجبة السريعة لا تستغرق الوقت الكثير "cinq cinq خفيفة ولا تشبع.

ويختلفان أيضا في المكونات فمثلا الوجبة السريعة تحتوي على البيض والخبز والبطاطا المقلية وقطع اللحم والجبن وغيرها أما الوجبة التقليدية تحتوي على اللحم والخضروات.

المخبرة الثانية:

السيدة "ح" وهي امرأة من المجتمع التبسي تبلغ من العمر 56 سنة وهي ربة بيت تعيش في المجتمع التبسي

- ما هو الوقت المستغرق لإعداد وجبة تقليدية؟

بدأت المخبرة في الأول تحدثني عن الوجبات التقليدية مثل كسرة الشحمة والبركوكش والكسكس والشخشوخة وغيرها.....الخ

تقول المخبرة بان أقصى وقت مستغرق لإعداد وجبة تقليدية هو أربعة ساعات وطبعا يختلف الوقت من طبق لآخر فمثلا الكسكس لا يتعدى الساعتين والشخشوخة لا تتعدى الأربع ساعات بين العجن وطهو الأوراق وتحضير المرق .

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

وأيضاً على حساب الكمية فالوقت يختلف من الكمية المعدة لأربعة أفراد والكمية المعدة لمائة فرد.

- ما هي أهم المكونات التي تدخل في إعداد الوجبات التقليدية ؟

تقول المخبرة بان المكونات التي تدخل في إعداد وتحضير الوجبات التقليدية هي المكونات المتداولة

في المجتمع مثل : الكليلة* و الفرماس* القديد الدهان اللحم الخضروات الحار والهريسة والشحمة

يعني أن المكونات التي تدخل في إعداد الوجبات التقليدية حسب المخيرة هي مكونات مأخوذة من

البيئة المحلية التبسية .

فمثلاً لإعداد الشخشوخة نحتاج لتحضير المرق إلى اللحم البصل الثوم الحمص والتوابل والطماطم

حبة بطاطا والفلفل الحار أما لتحضير الورق نحتاج إلى الدقيق والماء والزيت لحل العجين والى أداة لطهي

العجين اسمها الطاجين.

ولتزينها نحتاج إلى بيض مسلوق والزيتون .

- ما الفرق بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية حسب رأيك؟

تقول المخبرة بان الوجبات السريعة مخصصة للشارع أو أماكن بيع هذه الوجبات وهي غير صحية

أما الوجبات التقليدية هي من مخصصة للبيوت.

المخبرة الثالثة:

*الكليلة وهي عبارة عن حليب حامض يطهى فوق النار ثم يصفى بواسطة قطعة من قماش ويجفف تستخدم في العديد من الأطباق التقليدية مثل البركوكش.

*الفرماس وهو عبارة المشمش المجفف ويستخدم في العديد من الأطباق التقليدية مثل الشخشوخة والكسكس.

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

السيدة "خ"، وهي امرأة من المجتمع التبسي عمرها 45 سنة، تعمل طبخة بالأعراس والمناسبات منذ

6 سنوات.

- ما هو الوقت المستغرق لإعداد وجبة تقليدية؟

تقول المخبرة بان الوقت يتراوح بين الساعة وستة ساعات من حيث الكمية فمثلا لإعداد وجبة الكسكي

كغداء لإفراد العائلة فانه يستغرق تقريبا مدة ساعة أو الساعة والنصف.

أما للعرس فالمدة تتراوح بين الأربع ساعات وستة ساعات بين "تفويح اللحم ومرقه ونضوج الكسكس.

-- ما هي أهم المكونات التي تدخل في إعداد الوجبات التقليدية؟

تقول المخبرة بان المكونات التي تدخل في إعداد الوجبات التقليدية هي: اللحم ، الخضراوات ، البصل ،

الثوم، الطماطم، الحمص الفريك*

فمثلا لإعداد شربة الفريك نحتاج إلى لحم خروف ، الفريك ، الكسبرة (دبشة)، المعدنوس، النعناع

المجفف، التوابل ، البصل الثوم، الزيت و الطماطم.

- ما الفرق بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية حسب رأيك؟

تقول المخبرة بان الفرق واضح بين الوجبتين فالأولى غير صحية ومشبعة لأنها غنية الزيوت

والدهون التي تشعر المقبل عليها بالشبع كما أنها مسبب من مسببات السمنة على غرار الوجبات التقليدية

التي تفيد جسم الإنسان وهي وجبة كاملة تحتوي على مغذيات يحتاج إليها جسم الإنسان ،بالإضافة إلى كل

واحدة منهما لها وقتها الخاص فمثلا الوجبات التقليدية ترافق الأعياد والمناسبات الدينية والافراح وحتى

*الفريك: هو عبارة عن قمح لين يؤخذ من السنبله قبل نضوجه يشوى على النار ثم تصفى حبات الفريك وتغسل بالماء وتملح وتجفف ثم يطحن وتغربل.

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

الأفراح مثلا في المآتم تقدم العائلات المجاورة لأهل المتوفي اطعمن تقليدية مثل الشخشوخة والكسكس وتسمى هذه اللائم المقدمة بالمشرد*

ملخص المقابلات مع المخبرين :

من خلال المقابلات توصلت إلى أن الوجبات التقليدية تستغرق وقت أطول من الوجبات السريعة إضافة إلى أن لها وقتها الخاص ومكوناتها الخاصة المستوحاة من الطبيعة ونابعة من ثقافة المجتمع المحلي، وان الوجبات السريعة التي هي سهلة التحضير بمكونات بسيطة سابقة الانجاز وبعض هذه الأكلات السريعة هي دخيلة عن المجتمع المحي وتعكس صورة ثقافة ما.

4-2- على مستوى المبحوثين:

-المحور الأول: البيانات الأولية للمبحوثين:

تساعد البيانات الأولية والشخصية الباحث في التعرف على خصائص المبحوثين وخلفياتهم وكثيرا ما يعتمد عليها كمؤشرات في تحليل البيانات والمعطيات الميدانية حسب ما تقتضيه متغيرات الدراسة وأهدافها وقد جاءت في مستويات.

1-الجنس:

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	12	50%
أنثى	12	50%
المجموع	24	100%

*المشرد: هو الصحن الكبير.

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

جدول رقم 02: يمثل المبحوثين حسب الجنس.

نلاحظ من خلال الجدول إن نسبة المبحوثين من جنس ذكر متساوية مع نسبة المبحوثين من جنس أنثى. وهي نسبة متساوية أيضا من حيث الإقبال على الوجبات السريعة والتقليدية.

2-العمر:

العمر	التكرار	النسبة المئوية
20-16	6	25%
26-21	10	41.66%
31-27	4	16.67%
36-32	4	16.67%
المجموع	24	100%

جدول رقم 03: توزيع المبحوثين حسب العمر

إن عينة الدراسة هم فئة من الشباب تتراوح أعمارهم بين 16 و 36 سنة ومن خلال الجدول نلاحظ أن فئة المبحوثين الذين تتراوح أعمارهم بين 16-26 سنة يمثلون نسبة 66.66% من المبحوثين ككل.

3-الحالة الاجتماعية:

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

الحالة الاجتماعية	التكرار	النسبة المئوية
أعزب	19	79.17%
متزوج	5	20.83%
مطلق	0	0%
أرمل	0	0%
المجموع	24	100%

جدول رقم 04: توزيع المبحوثين حسب الحالة الاجتماعية

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة العزاب تمثل نسبة 79.17% من المبحوثين وتمثل نسبة

المتزوجين 20.83%.

4- المستوى المعيشي:

المستوى المعيشي	التكرار	النسبة المئوية
ضعيف	0	0%
متوسط	13	54.17%
جيد	11	45.83%
المجموع	24	100%

جدول رقم 05: يمثل توزيع المبحوثين حسب المستوى المعيشي.

نلاحظ من خلال الجدول بان فئة المبحوثين من فئة المستوى المعيشي المتوسط تمثل لكثير من

نصف العينة وتمثل نسبة 57.17% بينما تمثل نسبة المستوى المعيشي جيد نسبة 45.83%.

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

المحور الثاني: آليات الإقبال على الوجبات السريعة والوجبات التقليدية.

-كم مرة تتناول الوجبات السريعة ؟

النسبة المئوية	التكرار	مرات تناول الوجبات السريعة
37.5%	09	أحيانا
33.34%	08	كل يوم
20.83%	05	مرة في الأسبوع
8.33%	02	لا أتناول الوجبات
100%	24	المجموع

جدول رقم 06: يمثل عدد مرات تناول الوجبات السريعة

من خلال الجدول والدراسة الميدانية نلاحظ أن هناك إقبال كبير على الوجبات السريعة فمعظم إجابات المبحوثين كان بنعم أتناول الوجبات السريعة فأجابتنني احد المبحوثات بأنها "عايشة فيها" لأنها تتماشى ووضعها لأنها تدرس في مكان بعيد عن منزلها فهي الخيار الوحيد الذي تلجا إليه.بينما أجابني مبحوث آخر "دراهمي كلا رايحة برا " لأنه يفضل تناول الوجبات السريعة،وهناك غيضا من يفضل أن يقضي وقته رفقة أصحابه"تروح ل fast food مع صحابي ونتلمو"، لأنها أصبحت وسيلة لتوطيد العلاقات بين الأفراد.

بينما كانت إجابة احد المبحوثين "أنا منحبش نأكل برا أصلا"لأنه لا يتأكد من نظافة وسلامة الأطعمة التي تقدمها مثل هته المحلات.

بينما كانت إجابة احد المبحوثين " بالرغم من قلة المال لآكل خارج المنزل إلا أنني اقبل عليها ليس حبا فيها وإنما من اجل مواكبة العصر ولكي لا أكون خارج عن أطار ما هو موجود عند بني جيلي ، وكذا كي لا اشعر بالنقص بين أصدقائي".

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

إن نسبة الشباب الذين يتناولون الوجبات السريعة بشكل يومي يمثلون نسبة 33.34% من العينة المبحوثة وهذا أمر طبيعي لأنهم اختاروها لان أسعارها ملائمة بالإضافة إلى أنها خفيفة وسريعة وتتماشى مع أوضاعهم سواء كانوا في العمل أو في أماكن الدراسة.

وتعد نسبة اللذين لا يقبلون على الوجبات السريعة نسبة 8.33% لأنهم لا يحبذون الأكل خارج منازلهم وكذلك لا يثقون في أصحاب هذه المحلات ويرون أنها غير صحية .

-ما هي ابرز الوجبات السريعة التي تتناولها؟

فقد كانت الإجابات تختلف من مبحوث لآخر ومن بين الوجبات التي ذكرت في المقابلات نجد:

- **المقلوب:** لقد لقت هذه الوجبة رواجاً من طرف فئة الشباب فأجبتني إحدى المبحوثات "أنا حشيشة مقلوب" ، إي أنها تفضلها ولا تمل من تناولها بشكل يومي ، وكذا سعرها الذي يناسب الجميع .
- **الساندويتش "كاس كروط":** فهو أيضاً يلقي رواجاً من طرف فئة الشباب العامل وخاصة طلاب الجامعات والثناويات لان سعره جيد يتناسب والحالة الاجتماعية الجيدة والمتوسطة، فهو وجبة سريعة خفيفة تؤكل في المطعم أو حتى في الشارع أو في أماكن العمل والدراسة.
- **الشاورما:** هي أيضاً وجبة مفضلة لدى العديد من الشباب فأجابني احد المبحوثين "ناقل شاورما عند الياس خير ما ناكل كسكسي تاع ماما" من خلال إجابته نجد انه يفضل الأكل خارج المنزل وخاصة الشاورما ويفضلها على طبخ أمه.
- **البيتزا:** هي أيضاً تلقى رواجاً عدة فئات من الشباب لمذاقها الجيد وسعرها المميز فهي الحل الأنسب للكثير من العمال أجابني احد المبحوثين "تجيني في بلا بيتزا بخمسة وعشرين الف خير من حاجة أخرى"

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

- **المحاجب أو المحجوبة:** هي أكلة تقليدية دخلت العالم المعاصر ولقيت رواجاً من طرف الشباب وذلك لسهولة الحصول عليها مقارنة بتحضيرها في المنزل فأصبحت تنافس الوجبات السريعة الأخرى فأجابني "أنا أأكل محجوبة برا بربعة الآلاف خير ما نتعب ماما".
- **البوراك:** هي أكلة تقليدية دخلت العالم المعاصر ولقيت رواجاً من طرف الشباب وذلك لسهولة الحصول عليها مقارنة بتحضيرها في المنزل فأصبحت تنافس الوجبات السريعة الأخرى فأجابني احد لمبوحثين "أنا أأكل بوراكة 120 دج خير متروح لدار ونعاود نرجع".
- **السومرا او ساندويتش سومارا** هو الآخر يلقي رواجاً من فئة الشباب فثمنه بسيط فأجابني احد المبحوثين "فيها بنة تاع بكري تفكرني بصغري" فالسومارا هي وجبة سريعة قديمة سعرها 50 دج تتناسب وجميع الطبقات المعاصرة.

- ما هو أكثر وقت تقبل فيه على الوجبات السريعة؟

وجد أن معظم إجابات المبحوثين بان أكثر وقت يقبلون فيه على الوجبة السريعة هو وقت الغداء وهذا راجع لتواجدهم في الدراسة أو في العمل وهو ما يجعلهم يفضلون هذا النمط من الأكل ويقبلون عليه لإكمال باقي يومهم.

- هل تتناول وجبات تقليدية؟

على ضوء هذا السؤال كانت مختلف إجابات المبحوثين بنعم وأنهم يقبلون عليها بشكل يومي فكانت

جل الإجابات بـ "oui bein sur" وتتناول واكلات تقليدية".

- ما هي ابرز الوجبات التقليدية التي تتناولها؟

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

فقد كانت الإجابة على هذا السؤال تختلف من مبحوث لأخر، فهناك من يحبذ البقوليات وهناك من يحبذ الكسكس والشخشوخة والبركوكش ومرق الجلبانة والكسرة بأنواعها والشربة المفورة "الدويذة"

فاجبني احد المبحوثين بانه يفضل تناول البقوليات بشكل يومي، بينما مبحوث آخر بأنه يتناول وجبة الكسكس يوم الجمعة كوجبة غداء.

- ما هي اكثر الأوقات التي تقبل فيها علة الوجبات التقليدية؟

فقد كانت معظم الإجابات أن الإقبال عليها يكون بشكل يومي خاصة في المساء أو كوجبة عشاء أجابتي احد المبحوثات انه إذا تناولت في الغداء وجبة سريعة فأنها حتما ستأكل في الليل وجبة تقليدية لأنه الوقت الأنسب لتتجمع العائلة على مائدة واحدة.

وأيضاً يوم الجمعة نجد أن معظم الأسر التبسية تقبل على وجبة الكسكس او البركوكش كل يوم جمعة كوجبة غداء لان الجميع .

كذلك الإقبال عليها في الأعياد فأجابني معظم المبحوثين أنهم يفضلون الشخشوخة في الأعياد الدينية مثل ليلة السابع والعشرين من شهر رمضان ، المولد النبوي الشريف .

- هل العامل الاقتصادي يؤثر على رغبتك في اختيار وجبة سريعة دون وجبة تقليدية؟

فقد كانت كل الإجابات بان العامل الاقتصادي يؤثر على رغبتهم في اختيار وجبة سريعة دون وجبة تقليدية وذلك لغلاء أسعار الوجبات التقليدية خارج المنزل أجابني احد المبحوثين "ناكل على قد جهدي" والجهد هنا هو الحالة المادية من خلال إجابة المبحوث نجد أن العامل الاقتصادي يؤثر على رغبته حتى في اقتناء الوجبات السريعة .

فأجابني احد الشباب " ناكل على قد دراھمي عندي ناكل شوارما ما عنديش ناكل سومرا"

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

بينما كانت إجابة مبحوثة أخرى "بنعم يؤثر على رغبتى حاجة باينة ناكل ساندويتش بعشرين ألف وما نوكلش مفور باك لحسبة".

ومن هنا نجد أن الجانب الاقتصادي أو المادي يؤثر على رغبات الشباب في اختيار وجبة سريعة على غرار وجبة تقليدية، ويؤثر أيضا على رغبته في اختيار الوجبات السرعة أيضا.

ملخص المقالات :

من خلال هذه المقالات نجد أن الشباب التبسي يقبلون على الوجبتين على لحد سواء وبشكل موازي فمثلا إذا كان قد تناول وجبة سريعة في الغذاء فانه سيلجأ إلى الوجبة التقليدية في العشاء، وهناك من يفضلها لأنه يرى أنها تسمح له بقضاء وقت أكثر مع أصحابه ورفقائه وبالتالي تعزز العلاقات بين الأفراد وهؤلاء الشباب يمثلون نسبة عالية مقارنة مع الذين لا يحبذون الأكل خارج المنزل بصفة عامة سواء أكان هذا الكل تقليدي أم سريع لأنهم لا يثقون في هذه المحلات التي تقدم مثل هذه الوجبات.

ومن بين الوجبات السريعة التي ذكرت في المقالات نجد المحجوبة، البوراك، البيتزا، السومرا، الشاورما، المقلوب.

ومن بين الوجبات التقليدية التي ذكرت أيضا نجد: الكسكس، الشخشوخة، البركوكش، الشربة، الكسرة. فمعظم الإجابات تؤل إلى ان مختلف العائلات التبسية تتناول وجبة الكسكس كوجبة غداء، والشخشوخة في الأعياد والمناسبات .

والعامل لاقتصادي يؤثر على رغبة الشباب في اختيار وجبة سريعة على غرار وجبة تقليدية ويؤثر على رغبتهم حتى في اقتناء الوجبات السريعة لان أسعارها تختلف من وجبة لأخرى.

5-المقارنة بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية:

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

تزر منطقة تبسة بتراث هائل خاصة فيما يخص الغذاء، فهناك أكالات تقليدية متوارثة جيل عن جيل، وهناك أكالات سريعة أصيلة في المجتمع التبسي ومنها أيضا التي دخلت إلى المنطقة بفعل العولمة والاحتكاك الثقافي بالمجتمعات المجاورة ، ومنها ما كانت تقليدية وحولت بفعل السرعة الى وجبات سريعة.

فهناك أوجه تشابه وأوجه اختلاف بينهما نذكرها كما يلي:

5-1- أوجه التشابه:

ومن بين نقاط التشابه بين الوجبتين نجد:

- كلاهما غذاء؛
- كلاهما منتشرتان في المجتمع التبسي؛
- كلاهما لذيق وله طعم مميز؛
- كلاهما عليه إقبال في المجتمع التبسي.

5-2- أوجه الاختلاف:

- يختلفان في التسمية؛
- يختلفان المكونات؛
- يختلفان في الوقت المستغرق لإعداد كل واحدة منهما؛
- يختلفان في طريقة تحضير كل منهما؛
- أصل الأكلة التقليدية يختلف عن أصل الأكلة السريعة؛
- يختلفان في القيمة الغذائية التي يحتاج إليها الجسم؛

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

- الوجبات التقليدية صحية والوجبات السريعة غير صحية لأنها تسبب العديد من الأمراض منها السمنة؛
- يختلفان في طريقة الأكل فالوجبات السريعة تؤكل باليد في عجلة، أما الوجبات التقليدية تؤكل بالملعقة أو بالشوكة وبالراحة؛
- السعر: يختلف سعر الوجبة السريعة عن سعر الوجبة التقليدية؛
- الوجبات السريعة غالبا ما تكون من إعداد الرجال والوجبات التقليدية من إعداد النساء.

6- نتائج الدراسة:

- من خلال دراسة موضوع الوجبات السريعة والوجبات التقليدية في المجتمع التبسي دراسة انثروبولوجية من خلال الاعتماد على المناهج والأدوات ، توصلت إلى النتائج الآتية:
- هناك فرق بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية؛
 - إن الوجبات التقليدية تستغرق وقتا أطول من الوجبات السريعة؛
 - تختلف مكونات الوجبات السريعة عن مكونات الوجبات التقليدية؛
 - نجد أن الوجبات السريعة من إعداد الرجال على عكس الوجبات التقليدية التي هي من اختصاص النساء وبالتالي فهناك تنافس بين الرجال والنساء في الطبخ؛
 - إن الوجبات السريعة مخصصة للشارع، والوجبات التقليدية مخصصة للبيوت،
 - تختلف طريقة أكل كل واحدة منهما؛
 - لكل واحدة منهما وقتها الخاص الذي تقدم فيه، فمثلا إن معظم الوجبات التقليدية تقدم في الأفراح والمناسبات و الأعياد؛

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

- الوجبات السريعة هي وجبات دخيلة عن المجتمع المحلي على عكس الوجبات التقليدية المتوارثة والمنقلة جيل عن جيل، ولا ننفي أن هناك أكالات تقليدية ليست من المنطقة دخلت عالم الوجبات السريعة مثل: الزفيطي البسكري؛
- إن كل من الوجبات السريعة والوجبات التقليدية وسيلة لتوطيد العلاقات الأسرية والاجتماعية؛
- إن هناك إقبال على كل من الوجبتين في المجتمع التبسي خاصة من فئة الشباب، حيث نجد ان الشباب يقبلون على كلا من الوجبتين بشكل موازي فمثلا عند تناولهم وجبات سريعة في الغذاء فحتما انهم سيتناولون وجبات تقليدية بالعشاء؛
- إن الوجبات السريعة أثرت على سلوكيات الشباب اليومية التي تتعلق بالغذاء ؛
- تمثل الوجبات السريعة الحل الأنسب للعديد من الشباب لأنها تتماشى وحالته اليومية؛
- إن هناك فئة من الشباب يقبلون على الوجبات السريعة من اجل مواكبة العصر وكذا رغبة في ان لا يشعروا بالنقص لانهم لا يعملون مثل أقرانهم ؛
- الوجبات السريعة تعزز الروابط الاجتماعية بين الشباب التبسي،
- الوجبات التقليدية توطد الأواصر والعلاقات الاجتماعية بين الشباب التبسي؛
- العامل الاقتصادي يؤثر على رغبة الشباب في اختيار الوجبات السريعة والوجبات التقليدية، كما يؤثر على رغبتهم حتى في اختيار الوجبات السريعة .

7-مقارنة نتائج الدراسة والدراسات السابقة:

-الدراسة الأولى:

التي قامت بها الباحثة نسرين قوجيل بعنوان: الثقافة الغذائية الشعبية وعلاقتها بظهور مرض السكري
أموذجا دراسة ميدانية بمنطقة المخادمة

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

إن هذه الدراسة توصلت إلى نتائج مهمة تخص ميدان الغذاء وتشارك النتائج بين دراستي وهذه الدراسة في ان كلا الدراستين توصلت إلى أهمية الثقافة الشعبية في تحديد الأغذية الشعبية، وكذا أهمية التغذية بالنسبة لصحة الإنسان، ما أوجه الاختلاف بين نتائج هذه الدراسة والدراسة السابقة فتتمثل في أن دراستي توصلت إلى نتائج حول الإقبال والفروقات بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية أما الدراسة السابقة فقد توصلت إلى تأثير التغذية الشعبية على مرض السكري .

-الدراسة الثانية:

التي قام بها الباحث بن عمارة محمد بعنوان تأثيرات أنماط البيئة في تغير العادات الاجتماعية الغذائية – دراسة ميدانية بصحراء واد سوف وادي العلندة أنموذجاً-

إن هذه الدراسة تناولت موضوع تأثيرات أنماط البيئة في تغير العادات الاجتماعية الغذائية أما دراستي هذه فهي دراسة مقارنة الوجبات السريعة والوجبات التقليدية من ناحية انثروبولوجية، ومن ناحية النتائج نجد إن دراستي توصلت إلى الفرق بين الوجبة السريعة والتقليدية والى إقبال المجتمع التبسي على الوجبتين أما هذه الدراسة فقد توصلت إلى تأثير نمط البيئة في تغيير العادات الغذائية .

-الدراسة الثالثة:

الي قام بها الباحث مراد بلعدي بعنوان تأثير الوجبات السريعة على العادات الغذائية لدى الشباب بمدينة قسنطينة مقارنة سوسيوانثروبولوجية

إن هذه الدراسة تناولت موضوع تأثير الوجبات السريعة على العادات الغذائية أما دراستي فهي دراسة مقارنة بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية من ناحية انثروبولوجية ، أما أوجه التشابه بين نتائج هذه الدراسة ونتائج دراستي الحالية تكمن في إن كلا من الدراستين تدرس الوجبات السريعة باعتبارها عادة اكتسبها

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

المجتمع جراء التحول السريع الذي طرا على المجتمعات وكذلك العولمة ووسائل الاتصال والإعلام التي تبث وصفات جديدة تغاير الثقافة المحلية إلا أن المجتمع يتبناها ويديرها ضمن ثقافته.

الفصل الخامس: المجتمع التبسي بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

خلاصة:

في ختام هذا الفصل نجد أن هناك فرق بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية وهذه الفروقات أعطت لكل منهما جوهرًا خاصًا به، وبرزت هذه الفروقات تكمن في مقدار المكونات والوقت والجهد المبذول في إعداد كل وجبة منهما وكذا في طريقة تناول كلا الوجبتين حيث لكل منهما طريقته الخاصة والتي لا تصلح مع الثانية، كما أن المجتمع التبسي وبالأخص فئة الشباب يقبلون على كلا الوجبتين بحسب الوقت المتاح والمناسبة التي هم فيها وكذا حسب رغبة كل شخص بالإضافة إلى تأثير العامل الاقتصادي والاجتماعي على الإقبال.

خاتمة



خاتمة

في ختام هذه الدراسة نصل إلى أن الوجبات بنوعها متواجدة في المجتمع التبسي حيث نجد محلات متخصصة في هذا المجال ، أما الوجبات التقليدية تكون في البيوت وغالبا ما ترافق المناسبات والاحتفالات الدينية كما أن الشباب التبسي يقبل على كل من الوجبتين السريعة والتقليدية بشكل موازي ، حيث نجد أنهم يقبلون على الوجبات السريعة في الغداء والوجبات التقليدية في العشاء أو العكس.

وتوصلت أيضا إلى أن هناك عدة فروقات بين كل من الوجبتين السريعة والتقليدية تتمثل في المكونات واليات الإعداد والتحضير، والوقت المستغرق لإعداد كل واحدة منهما، وكذلك طريقة أكل كل واحدة منهما، والوقت الذي تقدم فيه كل واحدة منهما.

ف نجد إن هناك وجبات تقليدية دخلت إلى عالم الوجبات السريعة وهذا بفعل التغير الاجتماعي والثقافي الحاصل في مجال الغذاء والتغذية بصفة عامة، وكذلك إلى التسارع والتطور التكنولوجي الذي سمح لها بالولوج إلى مثل هذه المحلات.



قائمة المصادر والمراجع



1-المصادر:

1-القران الكريم

2-خلدون عبد الرحمان،مقدمة ابن خلدون، دار صادر ، بيروت،2000.

2-المراجع:

1-الكتب بالعربية:

1. إبراهيم فتحية محمد ، لشؤاني مصطفى حمدي ، مدخل إلى مناهج البحث في علم الإنسان <<الانثروبولوجيا>>، دار المريخ للنشر،الرياض، 1988.
2. إبراهيم مروان عبد المجيد ، أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، مؤسسة الوراق، طبعة 1، الأردن،2000.
3. الاخرص محمد صفوح ، المنهجية وطرق البحث في علم الاجتماع، المطبعة الجديدة، دمشق،1984
4. الافقهسي ابن عماد، آداب الأكل، موقع كتب عربية.
5. التويجري عبد العزيز بن عثمان ، التراث والهوية، منشورات المنظمة الإسلامية للتربية والعلوم و الثقافة، الرباط، 2011.
6. الجزار هاني ، أزمة الهوية والتعصب دراسة في سيكولوجية الشباب،هلا للنشر والتوزيع ، طبعة 1، الجيزة، 2001.
7. الحلبوسي محمد جمعة حمادي ، هدي النبي صلى الله عليه وسلم في تناول الطعام، شبكة الالوكة،www. Alukah. net
8. الدغثير عبد العزيز بن سعد ، حكم بيع الطعام قبل قبضه، شبكة الالوكة، www. Alukah. Net.

9. الرباعي عبد الرحمان ، قال المجدوب ... !، دار الكتاب، طبعة 3، الجزائر، 2011
10. أبي بلال محمد الياس العطار القادري الرضوي، آداب الطعام في الإسلام، مكتبة المدينة للنشر، طبعة 1، 2015.
11. الصابوني محمد علي ، صفوة التفاسير، دار الضياء، المجلد الأول، طبعة الخامسة، الجزائر، 1990.
12. الطويسي زياد احمد ، مجتمع الدراسة والعينات ، مديرية التربية لواء البتراء، فلسطين، 2001
13. العمراني عبد الغني محمد إسماعيل ، مناهج البحث العلمي، جامعة العلوم والتكنولوجيا، طبعة 2، صنعاء، 2013.
14. العزاوي رحيم يونس كرو ، مقدمة في منهج البحث العلمي، دار دجلة، طبعة 1، عمان، 2007.
15. ايراش إبراهيم ، المنهج العلمي وتطبيقاته في العلوم الاجتماعية، دار الشروق لنشر والتوزيع، طبعة 1، عمان، 2008.
16. بوشارب، عبد السلام تيسة معالم ومآثر، المؤسسة الوطنية للاتصال والنشر والإشهار، الجزائر، 1996.
17. جيندز أنتوني ، مقدمة نقدية في علم الاجتماع، تر احمد زايد وآخرون، مركز البحوث والدراسات الاجتماعية، طبعة 2، جامعة القاهرة، 2005.
18. خاطر محمد إبراهيم ، الشباب ودورهم في التغيير والإصلاح، دار الوفاء الدنيا للنشر والطباعة، طبعة 1، الإسكندرية، 2014.
19. خلف مصطفى عبد الجواد، قراءات معاصرة في نظرية علم الاجتماع، مطبوعات مركز البحوث والدراسات الاجتماعية، مصر، 2002.

20. خليل احمد خليل، المفاهيم الأساسية في علم الاجتماع، دار الحداثة للنشر والطباعة والتوزيع، بيروت، 1984.
21. دويدري رجاء وحيد ، البحث العلمي أساسياته النظرية وممارسته العلمية، دار الفكر المعاصر، طبعة 1، سوريا، 1421هـ.
22. رايشاور أدوين ، اليابانيون، تر ليلي الجبالي، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، افريل 1989.
23. زايدى نور الدين، السجل الذهبي لشهداء ثورة التحرير الوطني لولاية تبسة، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر، (د،ت).
24. شبانة عبد الفتاح محمد ، اليابان العادات والتقاليد وإدمان التفوق، مكتبة مدبولي، القاهرة، 1996.
25. شبايك رؤف ، 25 قصة نجاح، شبكة الكتب، الباقية الاولى، ديسمبر 2008.
26. صليبيا جميل ، أساليب البحث العلمي، منشورات عويدات، بيروت، لبنان، 1897.
27. عبيدات ذوقان واخرون ، البحث العلمي مفهومه وأدواته وأساليبه ، دار الفكر، عمان، 2009.
28. عبيدات محمد .واخرون، منهجية البحث العلمي القواعد والمراحل والتطبيقات، دار وائل للطباعة والنشر، طبعة 2، عمان، 1999.
29. عليان ربحي مصطفى ، البحث العلمي ،أسسه مناهجه وأساليبه ،إجراءاته، بيت الأفكار الدولية، الأردن.
30. غاندي جوان ويبسر ، الغذاء والتغذية، تر زينب منعم، دار المؤلف للتوزيع، طبعة 1، الرياض، 2013.
31. غريب عبد السميع غريب، علم الاجتماع :مقومات، موضوعات، دراسات، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، 2009.
32. فضل الله محمد حسين ، فقه الأطعمة والأشربة، دار الملاك ، طبعة 1، بيروت، 2008.
33. قنديجلي عامر ، منهجية البحث العلمي، دار اليازوري العلمية، طبعة 1، عمان، 2012.

34. كناعنة شريف ، دراسات في الثقافة والتراث والهوية، مؤسسة ناديا للطباعة والنشر والإعلان والتوزيع ،فلسطين ،2011.
35. كوفمان ك كاثي ، الطبخ في الحضارات القديمة ، تر سعيد الغانمي، هيئة أبو ظبي للسياحة والثقافة-كلمة-، طبعة 1، أبوظبي 2012
36. كونهيان م كارول ، انثروبولوجيا الطعام والجسد: النوع، والمعنى، والقوة، تر سهام عبد السلام، المركز القومي للترجمة، طبعة .، 2013.
37. محجوب محمد عبده ، طرق ومناهج البحث السوسيوانثروبولوجي، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 2009
38. منصور حسن عبد الرزاق ، المجتمع العربي بين التاريخ والواقع، أمواج للنشر والتوزيع، طبعة 2، عمان، 2013.
39. نيقولا نظيرة ، عثمان بهية ، أصول الطهي النظري والعملي، مكتبة النهضة المصرية، طبعة 13، القاهرة، 1981.
40. وطفة علي ، زحلوق مها ، الشباب قيم واتجاهات ومواقف، مطبعة الاتحاد، طبعة 1، دمشق.

2-الكتب بالفرنسية:

1. Steven G Alanada , THE STOP :GO FAST FOOD NUTRITIO GUIDE ,montain perss,United states America,2010 .

3-مذكرات ورسائل جامعية ودراسات:

1. احمد شيما نبييل ، ايكولوجيا الغذاء عند أقزام الكونغو دراسة في الانثروبولوجيا الاجتماعية، (مذكرة ماجستير)،معهد البحوث والدراسات الافريقيا، قسم الانثروبولوجيا، جامعة القاهرة،2013.
2. الديك لينا زياد احمد ، مشكلة الغذاء وعلاجها دراسة قرآنية، (مذكرة ماجستير)، كلية الدراسات العليا،قسم أصول الدين،جامعة النجاح الوطنية ، فلسطين، 2009
3. السيد وليد احمد ، المدينة في عصر العولمة:تحديات بيئية غير مسبوقه والعلاقة السلبية على رفاة وصحة الانسان، (د،ن)، لندن،(د ت)
4. باناعمة حياة بنت سعيد بن احمد ،الأطعمة السريعة التقليدية وأثرها على الإصابة بالسمنة في مرحلة المراهقة في محافظة جدة،(مذكرة ماجستير)،قسم غذاء وتغذية،جامعة الملك عبد العزيز،2008.
5. بوسليماني حياة ، دراسة مكونات مجتمع المدينة تيفاستيس وضواحيها من خلال الكتابات اللاتينية في الفترة الممتدة بين القرنين الأول والثالث للميلاد،(مذكرة ماجستير)، كلية العلوم الإنسانية، جامعة الجزائر ، 2007-2008.
6. بلعدي مراد ، تأثير الوجبات السريعة على العادات الغذائية عند الشباب بمدينة قسنطينة -مقاربة سوسيوانثروبولوجية-،(مذكرة ماجستير)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية،قسم علم اجتماع الديموغرافيا،جامعة منتوري قسنطينة، 2007-2008.
7. بومعقودة حفيظة،البنية الحكائية في القصة الشعبية منطقة تبسة انموذجا، (مذكرة ماجستير)، كلية الآداب واللغات والعلوم الاجتماعية والإنسانية،جامعة العربي التبسي،2009-2010.
8. بن عمارة محمد، تأثيرات أنماط البيئة في تغير العادات الاجتماعية الغذائية، (مذكرة دكتوراه)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ،قسم علم الاجتماع، جامعة محمد خيضر بسكرة ،2014-2015.
9. زايد اميرة عبد السلام ، التربية وأسس بناء الإنسان في الموروث الشعبي-كليلة ودمنة انموذجا-،كلية التربية،جامعتي كفرالشيخ والطائف.

10. سلبع أمل بنت صالح ، الوجبات السريعة وأقبال المراهقين عليها، وزارة التعليم ، السعودية ، (د ت).
11. صالحى نعيمة، الطب الشعبي في المجتمع التبسي-التداوي بالأعشاب أنموذجاً-، (مذكرة ماستر)، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، قسم العلوم الاجتماعية، جامعة العربي التبسي، 2015-2016.
12. عبد السلام احمد محمد ،التغذية الصحية السليمة، كلية التربية البدنية، قسم الصحة وعلوم الحركة ،جامعة الملك سعود،السعودية.
13. عيساوي أكرم ،اعتماد الشباب الجزائري على شبكات التواصل الاجتماعي في الحصول على الأخبار، (مذكرة ماستر)، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، قسم الإعلام والاتصال،جامعة تبسة، 2016-20
14. فرحاتي حورية، حضور منطقة تبسة ضمن مقتنيات المكتبات العامة بتبسة، (مذكرة ماستر)، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، قسم العلوم الإنسانية،جامعة تبسة،2015-2016،
15. فريد نبيل محمد دقيل ، عادات وآداب المائدة في السودان:دراسة فلكلورية في منطقة المحسن بشمال السودان،دراسة افريقيا.
16. قوجيل نسرين ، الثقافة الغذائية الشعبية وعلاقتها بظهور مرض السكري،(مذكرة ماستر)،كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية،قسم علم اجتماع،جامعة ورقلة،2016-2017.
- 4-مجلات ودوريات وموساعات ومؤتمرات:
1. إدارة الصحة العامة، الوجبات السريعة، (مطوية)، وزارة الصحة، قسم التغذية، البحرين، 2011
2. أرشيف الثقافة الشعبية،الثقافة الشعبية، مجاة فصلية علمية ،السنة3، العدد9، المنظمة الدولية للفن الشعبي، البحرين، 2010.

3. الحجاوي محمد ، مخامرة عاكف ، خدمة الطعام المستوى الثالث، الفرع الفندقى والسياحى، 2017-2018.
4. الجبورى محمد عبد الرحمان وآخرون، مستويات توظيف الموروث الشعبى فى العمل الفنى، مجلة التربية الأساسية، العدد 59، جامعة بغداد، 2009.
5. العمودى نادية صالح ، الوجبات السريعة بين الرفض والقبول، سلسلة المطبوعات التوعوية 1، جامعة الملك عبد العزيز.
6. الفيشاوى فوزى عبد القادر ، الغذاء والدواء.. وفاق ام شقاق؟، مجلة اسبوط لدراسة البيئه، كلية الزراعة، قسم علوم وتكنولوجيا الاغذية ، العدد 24، جامعة اسبوط، جانفى 2003.
7. جمعية الدعوة الإسلامية ، الاسلام فى افريقيا، المؤتمر الدولى ، وزارة الإرشاد والأوقاف، ليبيا ، 2006.
8. حسن زهراء ، الخلاص من السمنة .. الثقافة الغذائية ام العمليات الجراحية، المختار ، مؤسسة النبا للثقافة والاعلام، العدد الثالث عشر، تموز 2015،
9. حميدة عادل عبد القادر ، موسوعة الأطعمة فى الإسلام وأحكامها بين العلم والإيمان، الدار العالمية للنشر والتوزيع، طبعة 1، مصر ، 2009،
10. زياد إبراهيم ، الوجبات السريعة، www.tabib.com/fastfood
11. سعيد اسيل ، أسعار الغذاء ترفع نسبة السمنة، صحيفة الحياة الجديدة ، العدد 236، السنة الخامسة، الاحد 28/شباط/2016
12. مجموعة أبو نواف البريدية، التغذية الصحية، www.abuNwa.f.com
13. مركز الأبحاث الواعدة فى البحوث الاجتماعية ودراسات المرأة، الدليل المبسط لإجراء البحوث الاجتماعية، جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمان، 2016

14. مساعديّة لزهري، في مفهوم الثقافة وبعض مكوناتها (العادات والتقاليد والأعراف)، مجلة الذاكرة،

مخبر التراث اللغوي والادبي في الجنوب الشرقي الجزائري، العدد9، الجزائر، جوان2017.

15. فوز رشاش عبد الرحمان، الغذاء الصحي في السن المدرسي، الإدارة العامة للبرامج الصحية

والأمراض المزمنة، وزارة الصحة.

5- المعاجم والقواميس:

1. صالح العلي صالح، أمينة شيخ سلمان احمد، المعجم الصافي في اللغة العربية، الرياض، 1401هـ

6- مواقع الكترونية:

1. ادمان الوجبات السريعة

www.addiction-wiki.com;27/02/2018.23:02.

2. الزهراني روابي، إبرز مكونات الوجبات السريعة،

<http://rwabi98zz.wordpress.com>about.27/02/2018.21:26>

3. الكسكسي الجزائري

<http://www.vitamedz.org/.27/02/2018.23:02>

4. ريان احمد يوسف، بحث عن الوجبات السريعة، 2016/01/28.

Mawdoo3.com;27/02/2018.20:30.

5. عبد النبي نهير، اضرار الوجبات السريعة على الجسم، 2017/12/06.

<http://www.youm7.com/story;09/03/2018.01:00>.

6. هكذا بدأت رحلة مؤسس امبراطورية دجاج كنتاكي

[http //www.arringol.com](http://www.arringol.com) ;10/03/2018.22 :27

7. Ejaz khan ,10 worst effects of fast food ,10/09/2012.

[https//www.wonderslist.com](https://www.wonderslist.com) ,08/03/2018.18 :30.

الملاحق



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة تبسة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم الاجتماع

إذن بالطبع

أنا الموقع أسفله الأستاذ(ة): يو. طبعير خبر يد.....

المشرف على مذكرة تخرج الليسانس / ماستر المعنونة ب:

الطبيخ بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية - دراسة مقارنة - السياب السويحة

تخصص: أ. ت. يولوجيا عامة.....

من إعداد الطالب (ة): يوكي لسخية

اشهد بان المذكرة تستوفي كل الشروط العلمية والمنهجية والقانونية التي تؤهلها أن تصبح قابلة للمناقشة، وعليه امضي هذا الإقرار والإذن بالطبع

في: 10/4/2018

إمضاء الأستاذ المشرف

دا هري بولعير

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم الاجتماع

تخصص انثروبولوجيا عامة

سنة ثانية ماستر

دليل مقابلة بعنوان:

المجتمع بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية

دراسة مقارنة-

الشباب التبسي أنموذجا

تحت إشراف:

د- بولمعيز فريد

من إعداد:

بوكي سخية

السنة الجامعية 2018/2017

مقابلة خاصة بالمخبرين

المحور الأول: البيانات الأولية

1- الاسم

2- الجنس: ذكر أنثى

3- العمر

4- المستوى المعيشي:

المحور الثاني: آليات إعداد الوجبات السريعة والوجبات التقليدية.

1- ما هو أكثر وقت تستغرقه إعداد وجبة سريعة؟

.....
.....

2- ما هي أهم المكونات التي تدخل في إعداد وتركيب الوجبات السريعة؟

.....
.....

3- ما هو أكثر وقت تستغرقه إعداد وجبة تقليدية؟

.....
.....

4- ما هي أهم المكونات التي تدخل في إعداد وتركيب الوجبات التقليدية؟

.....

5- ما الفرق بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية حسب رأيك؟

.....

.....

الملحق 03: دليل مقابلة خاص بالمبحوثين:

المحور الأول: البيانات الأولية

1-الجنس: ذكر أنثى

2-العمر:.....

3-الحالة الاجتماعية: أعزب متزوج مطلق ارمل

4-المستوى المعيشي: منخفض متوسط جيد

المحور الثاني: آليات الإقبال على الوجبات السريعة والوجبات التقليدية.

1-كم مرة تتناول الوجبات السريعة؟

.....
.....

2-ما هي ابرز الوجبات السريعة التي تتناولها؟

.....
.....

3-ما هو أكثر وقت تقبل فيه على الوجبات السريعة؟

.....
.....

4-هل تتناول وجبات تقليدية؟

.....
.....

5- ما هي ابرز الوجبات التقليدية التي تتناولها؟.

.....

.....

6- ما هي أكثر الأوقات التي تقبل فيها علة الوجبات التقليدية؟

.....

.....

7- هل العامل الاقتصادي يؤثر على رغبتك في اختيار وجبة سريعة دون وجبة تقليدية؟

.....

.....

الملحق رقم 04: خاص ببيانات المخبرين

المخبرة الأولى: نزيهة، 65 سنة، المستوى التعليمي: أمي، متزوجة وربة بيت ، من عائلة متوسطة المعاش

،مكان الإقامة تبسة

المخبرة الثانية: حورية، 56 سنة، المستوى التعليمي: ابتدائي، أرملة وربة بيت ، من عائلة متوسطة المعاش

،مكان الإقامة تبسة

المخبرة الثالثة: خيرة ، 45 سنة، المستوى التعليمي :متوسط،متزوجة وتعمل كطباخة بالأعراس ،من عائلة

متوسطة المعاش ،مكان الإقامة تبسة.

المخبر الرابع: رمزي، 28 سنة، المستوى التعليمي: المتوسط، متزوج ،يعمل بمحل وجبات سريعة منذ 8 سنوات

تقريبا، المستوى المعيشي جيد. مكان الإقامة تبسة.

المخبر الخامس: الياس 30 سنة، المستوى التعليمي: المتوسط، أعزب ،صاحب محل وجبات سريعة منذ

10 سنوات ، المستوى المعيشي جيد،مكان الإقامة تبسة.

المخبر السادس: عماد 36 سنة ، المستوى التعليمي: الثانوي، متزوج ،صاحب محل وجبات سريعة منذ

10 سنوات ، المستوى المعيشي جيد،مكان الإقامة تبسة

*ملاحظة: تحفظ المخبرين على اللقب

ملحق رقم 05: صور بعض الوجبات السريعة.



صورة رقم 01: Lipanaise



صورة رقم 02: محجوبة



صورة رقم 03: بوراك



صورة رقم 04: بيتزا pizza

الملحق رقم 06: بعض صور الوجبات التقليدية .



صورة رقم 05: الشربة الفايرة "دويده"



صورة رقم 06: الكسكس



صورة رقم 07: شربة فريك

الاسم واللقب : المجتمع بين الوجبات السريعة والوجبات التقليدية تحت إشراف الأستاذ

بوكي سخية -دراسة مقارنة-الشباب التبسي أنموذجا د-بولمميز فريد

الملخص:

يعد موضوع هذه الدراسة حول الوجبات بنوعها السريعة والتقليدية في المجتمع التبسي من خلال تساؤل رئيسي يهدف إلى معرفة الفرق بينهما من حيث المكونات والتحضير، كما تهدف أيضا إلى معرفة مدى إقبال الشباب التبسي على كل واحدة منهما.

الكلمات المفتاحية: المجتمع، الشباب، الوجبات السريعة، الوجبات التقليدية

Nom et prenom : la communauté entre les repas rapides et les repas traditionnel Encadré par :

BOUKI Sakhia

-Etude comparative

DR/BOULMIZ Farid

jeunes modèles de Tébessa

Résumé :

Le thème de cette étude est porté sur les repas avec ses deux types; les plats traditionnels et les fast food dans la société tebessiène. De cela je réalise cette étude sur la différence entre ces deux repas ;la différence dans les ingrédients et dans la préparation Ma recherche est aussi pour but de connaître quel repas est le plus attirant pour les jeunes tebessiens.

Mots clé : la société, les jeunes, fast food, plats traditionnels.

First and last name : Society among fast food and traditionnal food

Sypervised by :

BOUKI Sakhia

-a comparing study-

Dr/BOULMIZ Farid

tebessa youth model-

Abstract :

The topic of this study is about kinds of meals, the fast-food meals and the traditionnal meals in the Tebessian society and this is through a major question that aims at knowing the difference between the two kinds in terms of ingredients and preparation, the study also aims at knowing the level of demand or approach of the Tebessian youth to each kind.

Key words :Society, Youth, Fast food, traditionnal ,food.