

*Bi-quarterly scientific journal of Religion & Communication, Vol.28, No.1, (Serial 59),
Spring & Summer 2021*

**Cultural and religious confrontation of the content of satellite
food programs with the principles of Iranian-Islamic nutrition
lifestyle**

Ghazaleh Hasanian *

Received: 2020/12/25

Seyed Mohsen Banihashemi **

Accepted: 2021/03/13

Abdolreza Sobhani ***

Abstract

The increasing expansion of the media has led to changes in the lifestyles of societies. Iranian-Islamic lifestyle is not out of the question. Food is one of the examples of culture that can transfer cultural and religious values. In the meantime, satellite food programs play an important role in presenting beliefs and values of lifestyle, and one of the methods of their cultural transmission is the use of food and food programs. The purpose of this study is to investigate the status of the content of satellite nutrition programs in terms of Iranian-Islamic lifestyle. The research method is qualitative. In this study, the "Come to Dinner" program of "Me and You" network has been examined as an example. Data were extracted, analyzed and interpreted using the myring method. After analyzing the satellite diets of this study, their categories and subcategories in relation to the Iranian-Islamic diet were identified. The findings showed that the content presented in satellite food programs is in conflict with the principles of Iranian-Islamic lifestyle. Among the findings are "omission, opposition or disregard for religious concepts", "unhealthy nutrition", "serving non-Iranian food", "extravagance", "luxury", "hedonism" and "culture". "Individualism," he noted. Because nutrition can change the thinking, habits and values of societies or change religious values, the media play an important role in guiding the nutritional lifestyle of societies.

Keywords: Nutrition, television, media, culture, Iranian-Islamic lifestyle.

* PhD student, Faculty of Management, South Tehran Branch, Islamic Azad University. ghazaleh.hasanian@yahoo.com

** Assistant Professor faculty of Media management, south Tehran branch, Islamic Azad University. smohsenb@yahoo.com

*** Assistant Professor faculty management, south Tehran branch, Islamic Azad University. sbdsobhani@gmail.com

تقابل فرهنگی و دینی محتوای برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای با اصول سبک زندگی تغذیه‌ای ایرانی-اسلامی

غزاله حسینیان *

سیدمحسن بنی‌هاشمی **

عبدالرضا سبحانی ***

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۳/۰۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۶/۲۰

چکیده

گسترش روزافزون رسانه‌ها موجب تحولات سبک‌زندگی جوامع شده است. سبک‌زندگی ایرانی-اسلامی نیز خارج از این موضوع نیست. غذا یکی از مصادیق فرهنگ است که می‌تواند ارزش‌های فرهنگی و دینی را جابه‌جا کند. در این بین برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای نقش مهمی در ارائه باورها و ارزش‌های سبک‌زندگی دارند و یکی از روش‌های انتقال فرهنگی آنها استفاده از غذا و برنامه‌های غذایی است. هدف پژوهش حاضر، بررسی چگونگی وضعیت محتوای برنامه‌های تغذیه‌ای ماهواره‌ای از نظر سبک‌زندگی ایرانی-اسلامی است. روش تحقیق از نوع کیفی است. در این مطالعه برنامه "بفرمایید شام" شبکه "من و تو" به‌عنوان نمونه مورد بررسی قرار گرفته است. استخراج داده‌ها، تجزیه و تحلیل و تفسیر آنها با استفاده از روش مایرینگ انجام شده است. پس از تجزیه و تحلیل برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای مورد نظر این مطالعه، مقوله‌ها و زیرمقوله‌های آنها در رابطه با سبک تغذیه‌ای ایرانی-اسلامی مشخص شد. یافته‌ها نشان داد محتوای ارائه‌شده در برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای در تقابل و مغایرت با اصول سبک‌زندگی ایرانی-اسلامی است. از موارد یافت شده می‌توان به "حذف، مخالفت یا بی‌اعتنایی به مفاهیم مذهبی"، "تغذیه ناسالم"، "سرو غیر ایرانی غذا"، "اسراف"، "تجمل‌گرایی"، "لذت‌گرایی" و "فرهنگ فردگرایی" اشاره داشت. از آنجایی که شیوه تغذیه می‌تواند باعث تغییر در تفکر، عادات و ارزش‌های جوامع و یا تغییر ارزش‌های مذهبی می‌شود، رسانه‌ها نقش پررنگی را در هدایت سبک‌زندگی تغذیه‌ای جوامع ایفا می‌کنند.

واژگان کلیدی: تغذیه، تلویزیون، رسانه، فرهنگ، سبک‌زندگی ایرانی-اسلامی.

مقدمه

* دانشجوی دکترا مدیریت رسانه، گروه مدیریت رسانه، دانشکده مدیریت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب، تهران، ایران.

ghazaleh.hasanian@yahoo.com

** استادیار، گروه مدیریت رسانه، دانشکده مدیریت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

mohsenb@yahoo.com

*** استادیار، گروه مدیریت رسانه، دانشکده مدیریت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب، تهران، ایران.

abdsobhani@gmail.com

سبک‌زندگی مجموعه ارزش‌ها، نگرش‌ها، رفتارها و فعالیت‌های افراد در طول زندگی است. سبک‌زندگی به الگوهایی اشاره دارد که منعکس‌کننده انتخاب مردم برای صرف وقت و پول و همچنین منافع و اعتقادات آنهاست (رایت و گلداستاکر^۱، ۱۹۶۶؛ شیفمن و کانوک^۲، ۲۰۰۱؛ سولومون^۳ و همکاران، ۲۰۰۶). این الگوها با نگرش و ارزش‌ها ارتباط دارند و تحت شرایط اجتماعی و اقتصادی قرار می‌گیرند. سبک‌زندگی یک شخص، فردی و منحصر به فرد است (سولومون و همکاران، ۲۰۰۶) و توسط عوامل اجتماعی فرهنگی (مانند طبقه اجتماعی یا مرحله سبک‌زندگی خانواده) و روانی (مانند شخصیت یا ارزش‌های شخصی) تعیین می‌شود (لانتوس^۴، ۲۰۱۱).

شاخص‌های شناخته‌شده و متعارف در سبک‌زندگی عبارت است از: فعالیت‌های فیزیکی اوقات فراغت، خواب و بیداری، روابط اجتماعی، روابط خانوادگی، معنویت، ایمنی و آرامش، تغذیه و ... (کاوایانی، ۱۳۹۱).

غذا یکی از شاخص‌های سبک‌زندگی است که نقش مهمی در زندگی ما ایفا می‌کند. ما نه تنها برای زنده ماندن به غذا نیاز داریم، بلکه غذا دارای جنبه‌های اجتماعی و فرهنگی قابل توجهی نیز است (ویگند^۵ و همکاران، ۲۰۱۲). عادات غذایی طبیعت تطبیقی فرهنگ، دین و دانش سنتی را به اشتراک می‌گذارند. عادات‌های غذایی در حالی که اساساً پایدار و قابل پیش‌بینی هستند، به‌طور متناقض، در همان زمان تحت تغییر موقت یا ثابت و مداوم هستند. توسعه عادات غذایی به‌وضوح نشان می‌دهد که غذا برای انسان بیش از فقط مواد مغذی است (کیتلر^۶ و همکاران، ۲۰۱۱). خوراک علاوه بر جنبه فردی، با جنبه اجتماعی و فرهنگی و در نهایت با سبک‌زندگی انسان در ارتباط تنگاتنگ است. عادات تغذیه‌ای نقش اجتماعی فراتر و اساسی‌تری در تغذیه بدن انسان دارند و غذاهای خاص بیشتر از دیگر مصنوعات فرهنگی بیانگر هویت انسان-

-
1. Wright and Goldstucker
 2. Schiffman and Kanuk
 3. Solomon
 4. Lantos
 5. Wiegand
 6. Kittler

هایی است که از آنها استفاده می‌کنند (شاه‌حسینی، ۱۳۹۲). دی‌سگنی^۱ (۱۹۸۶) معتقد است غذا دیگر تنها راهی برای زنده ماندن و یک ضرورت زیستی نیست؛ بلکه سیستم تأیید فرهنگی نیز هست. غذا به جزئی از مراسم مذهبی تبدیل شده و وسیله‌ای برای کمال است. اعتقادات مذهبی شبیه به هویت قومی هستند که ممکن است تأثیر زیادی بر عادات غذای فرد یا تأثیر ناچیزی بر وابستگی مذهبی و میزان پایبندی داشته باشند (کیتلر و همکاران، ۲۰۱۱).

اسلام، قوانینی در مورد آنچه می‌تواند و نمی‌تواند خورده شود دارد. یکی از وجوه اهمیت رفتارهای تغذیه‌ای از دیدگاه دینی با روزه‌داری در ماه رمضان مشخص می‌شود که هدف آن آموزش صبر، تواضع و معنویت مسلمانان است (باریلا ستر^۲، ۲۰۰۹). در متون اسلامی و ایرانی از آیات و احادیث و روایات گرفته تا متون تاریخی و ادبی، بسیار به موضوع تغذیه با تمام حاشیه‌های آن توجه شده و نکته‌های ریز و مفصلی در زمینه خوراک در این متن‌ها گنجانده شده است. مطالبی در گنجینه‌های دینی و ادبی وجود دارد که نشان‌دهنده آداب و نوع رفتار اجتماعی و سبک‌زندگی ایرانی-اسلامی حول محور تغذیه و خوراک است (شاه‌حسینی، ۱۳۹۲).

تغییرات جهانی منجر به دگرگونی در الگوهای مصرفی و سبک‌زندگی از جمله الگوی تغذیه شده است (ایندی، ۱۳۹۰). در عصر کنونی رسانه‌ها موجب افزایش تعاملات اجتماعی و نقل و انتقال فرهنگ‌ها می‌شوند. سبک‌زندگی در قالب غذا، پوشش، طرز کار و اوقات فراغت در رسانه‌هایی همچون تلویزیون به نمایش درمی‌آید و می‌تواند زمینه‌ساز دگرگونی و گرایش‌های فرهنگی و اجتماعی شود. از رسانه‌های جمعی و مخصوصاً تصویری می‌توان به‌عنوان منبع اصلی یادگیری اجتماعی یاد کرد. بر طبق باندورا رسانه‌ها تنها منبع یادگیری اجتماعی نیستند؛ اما روی افراد تأثیر مستقیم دارند (مهدی‌زاده، ۱۳۹۱). رسانه‌ها و به‌ویژه تلویزیون، با نمایش الگوهای رفتاری گوناگون در برنامه‌ها می‌توانند الگویی برای تماشاگران باشند (معمدنژاد، ۱۳۷۱).

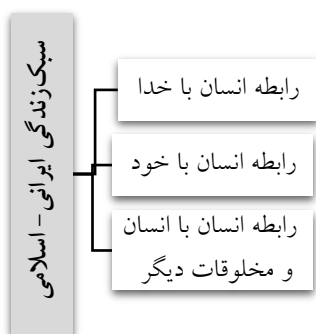
1. Di Segni
2. Barilla Center

مسئله اساسی این پژوهش، تغییرات سبک زندگی ایرانی-اسلامی در خلاف جهت بومی کشور و ارزش‌های دینی از طریق برنامه‌های تغذیه‌ای ماهواره‌ای است. شیوه تغذیه می‌تواند باعث تغییر در تفکر، عادات و ارزش‌ها و هویت جوامع شود. رسانه و به‌ویژه تلویزیون در ترویج سبک زندگی و عمومی شدن آن نقش بسزایی دارند.

۱- مبانی نظری

همه ادیان و مذاهب، مجموعه‌ای از بایدها و نبایدها همراه دارند که پیروان آنها را ملزم می‌سازد تا سبک خاصی از زندگی را برگزینند. قرآن به‌عنوان کتاب زندگی مسلمانان، اصول کلی و چارچوبی طرح کرده که در سبک زندگی دینی (اسلامی) مؤثر است. قرآن کریم به اصول و مبانی‌ای اشاره دارد که می‌تواند شاخص و معیار مسلمانان برای سبک و شیوه زندگی اسلامی باشد. سبک زندگی اسلامی مجموعه‌ای از آیین و سنت‌های معین است. دین می‌تواند فرهنگ فرد را متأثر کرده و به آن جهت و شکل دهد. هر سبک زندگی مبین توسعه‌های فرهنگی است که زندگی را به‌عنوان یک کل بیان می‌کند (صالحی امیری و بهبهانی، ۱۳۹۲). از منظر فرهنگ اسلامی سبک زندگی‌ای مورد قبول و پذیرش است که علاوه بر این که رهنمون فرد به سمت تعالی و ارتقای درجات معنوی وی باشد به سلامت جسمی و روانی او نیز کمک کند (شادفر و جمالی زواره، ۱۳۹۲).

در جامعه ایرانی، سبک‌های متعدد و متفاوتی از زندگی وجود دارد که هرکدام از الگوها یا مراجع مختلفی متأثر هستند؛ از جمله الگوهای مهم و نافذی که در زمره الگوی سنتی قرار می‌گیرند، سبک زندگی دینی است که به سبب قوت حضور دین از جایگاه مهمی برخوردار است (صالحی امیری و بهبهانی، ۱۳۹۲). اسلام آموزه‌های بسیاری در مورد زندگی فردی و اجتماعی افراد بیان کرده است؛ مانند آموزش‌هایی در مورد تفکر، یادگیری، بهداشت، خوراک، پوشش و نحوه برخورد با دیگران که با یکدیگر تشکیل دهنده سبک زندگی ایرانی-اسلامی هستند (مجلسی، ۱۳۸۳؛ جوادی آملی، ۱۳۹۱). به‌طور کلی، سبک زندگی ایرانی-اسلامی دارای سه بخش است: رابطه انسان با خدا، رابطه انسان با خود و رابطه انسان با انسان و مخلوقات دیگر (حسین‌زاده فرمی، ۱۳۹۳) (نمودار ۱).



نمودار ۱. سه بخش سبک زندگی ایرانی - اسلامی

همه مکاتب و آیین رویکردهایی در مورد تغذیه دارند که به آن "سبک و فرهنگ تغذیه" گفته می‌شود. به‌عنوان مثال، در یهودیت، گوشت به همراه لبنیات نباید خورده شود. در آیین هندو خوردن گوشت گاو جایز نیست. در دین اسلام نیز هدف اصلی از تغذیه، طاعت و عبادت است (حسین‌زاده فرمی، ۱۳۹۳).

بر طبق خادمی (۱۳۸۷)، تغذیه بر روح و جسم فرد آثار بسیاری می‌گذارند. در قرآن به تغذیه بسیار اهمیت داده شده است و در بیش از ۳۰۰ آیه به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم به آن پرداخته شده است. جدول (۱) برخی از این آیات را نشان می‌دهد.

جدول ۱. برخی آیات قرآن در مورد تغذیه

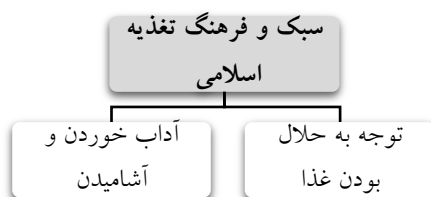
سوره / آیه	تغذیه
(بقره / ۱۶۸)	به خوردن روزی پاک و حلال
(بقره / ۱۷۲)	ارتباط مستقیم ایمان و غذای انسان
(عبس / ۲۴)	توجه و نگاه به غذا
(مائده / ۸۸)	تقوا و پرهیزکاری یکی از مهم‌ترین آثار تغذیه حلال
(مؤمنون / ۵۱)	مصرف غذای پاک و سالم

به خوردن روزی پاک و حلال سفارش شده است (بقره / ۱۶۸). از مهم‌ترین آثار تغذیه حلال، تقوا و پرهیزکاری است (مائده / ۸۸). انجام اعمال صالح و مصرف غذای سالم و پاک قرین یکدیگر هستند (مؤمنون / ۵۱). ایمان با غذای انسان ارتباط مستقیم دارد (بقره / ۱۷۲). به توجه و نگاه به غذا سفارش شده است (عبس / ۲۴).

لذا از نظر اسلام غذای پاک و پاکیزه خوردن و عدم اسراف در مصرف غذا وظیفه‌ای الهی است که موجب تقویت جسم، ارتقا سلامت و مقدمه انجام کارهای شایسته می‌شود (عزیزی، ۱۳۹۲). موضوع خوراک به‌عنوان یک مفهوم مهم فرهنگی می‌تواند از شاخصه‌های معرف سبک‌زندگی انسان‌ها باشد. دامنه بالا و دقت نظری که در متون کهن ایران و جهان اسلام درباره این موضوع وجود دارد، نشانگر اهمیت مقوله خوراک در توصیف سبک‌زندگی ایرانی-اسلامی و الگوسازی برای آن است (شاه‌حسینی، ۱۳۹۲). موضوع خوراک و تغذیه تنها به بدن انسان و تأثیر ویتامین‌ها و پروتئین‌ها و دیگر مواد بر اندام‌ها مربوط نمی‌شود، بلکه بر رفتار و خلق‌وخوی انسان نیز تأثیرگذار

است. ابونصر فارابی در کتاب آراء اهل المدینه الفاضله بیان کرده است، آب‌وهوای متفاوت موجب پیدایش نباتات و حیوانات گوناگون می‌شود که این خود موجب اختلاف و تنوع در شیوه تغذیه افراد در مناطق مختلف شده است (راوندی، ۱۳۸۲).

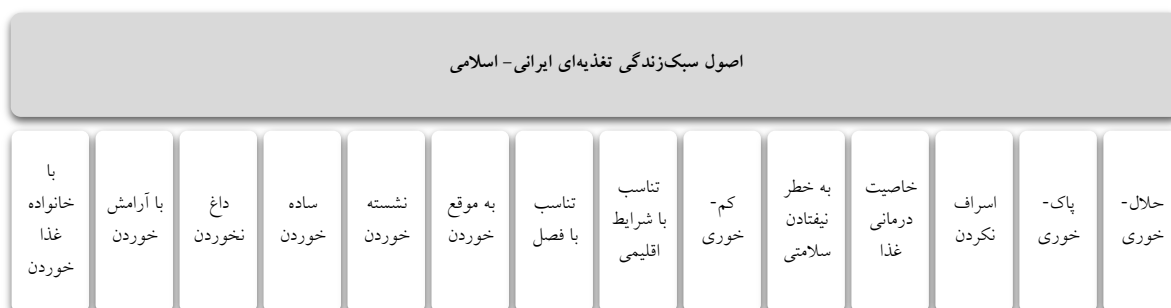
تغذیه به‌عنوان مهم‌ترین عامل سلامتی، تأثیر بسزایی در روند تکامل روح و جسم انسان دارد؛ از این‌رو نوع و کیفیت تغذیه بسیار مورد توجه اسلام بوده و احکام و دستورات ارزشمندی در قرآن و روایات به این موضوع اختصاص یافته است (خادمی، ۱۳۸۷). سبک تغذیه اسلامی دارای دو بخش است (نمودار ۲): ۱- توجه به حلال بودن غذا؛ در قرآن آیات بسیاری در مورد غذای حلال، کسب روزی حلال و نهی از خوردن غذای حرام آمده است. ۲- آداب خوردن و آشامیدن؛ در قرآن و احادیث، نکات بسیار در زمینه فرهنگ تغذیه موجود است؛ مانند آداب مربوط به سفره و آداب صرف غذا (سوره اندیشه، ۱۳۹۱).



نمودار ۲. دو محور سبک و فرهنگ تغذیه اسلامی

در رابطه با تغذیه، الگوی اسلامی با علوم جدید سازگار است. آموزه‌های اسلامی و ایرانی در رابطه با مواد غذایی، نحوه تغذیه، زمان تغذیه و آداب تغذیه، پیام‌های پرمعنی برای مسلمانان دارند. حتی در فرهنگ تغذیه، اسلام با نکوهش خوردن غذایی که از راه حرام به دست می‌آید، مناسباتی با سعادت اجتماعی و اخروی انسان‌ها برقرار می‌کند. معدودی از مواد غذایی مثل گوشت برخی حیوانات و یا برخی گیاهان هستند که اسلام خوردن آنها را حرام یا مکروه می‌داند، هدف اسلام از این کار، کمک به حفظ سلامتی شخص است. در فرهنگ ایرانیان نیز به الگوی تغذیه توجه بسیاری شده است. ایرانیان از مصرف بعضی غذاها خودداری می‌کردند و کم خوردن را عامل سلامتی و چالاک‌ی و استواری بدن می‌دانستند.

در کل در سبک‌زندگی ایرانی - اسلامی تغذیه بر اساس اصول خاصی صورت می‌گیرد که مهم‌ترین آنها بدین قرار می‌باشند؛ حلال‌خوری، پاک‌خوری، اسراف نکردن، خاصیت درمانی داشتن غذا، به خطر نیفتادن سلامتی، کم‌خوری، تناسب با شرایط اقلیمی، تناسب با فصل، به‌موقع خوردن، نشسته خوردن، ساده خوردن، داغ نخوردن، با آرامش خوردن و با خانواده غذا خوردن. این اصول در نمودار (۳) نشان داده شده است.



نمودار ۳. اصول سبک‌زندگی تغذیه‌ای ایرانی - اسلامی

در عمل بسیاری از توصیه‌های فوق اجرا نمی‌شود. آنچه در تغذیه مردم اهمیت بیشتری یافته است به‌شدت تحت تأثیر شرایط جامعه مدرن است. برای مثال، مردم در غذا خوردن بیشتر به عواملی مثل مزه، زیبایی، طولانی نبودن مصرف غذا، در دسترس بودن و یا حتی کسب منزلت توجه می‌کنند. مثلاً ممکن است، کسی با مصرف غذایی خاص مثل غذای کشوری دیگر در رستورانی خارجی به دنبال کسب تشخص از راه تغذیه باشد. عدم توجه به الگوی ایرانی - اسلامی تغذیه، زمینه‌ساز بسیاری از بیماری‌های جسمی و روانی است. در صورتی که بسیاری از متخصصین بروز بیماری‌های فوق را با سبک‌زندگی در ارتباط می‌بینند (رضایی و همکاران، ۱۳۹۴).

رسانه با در اختیار قرار دادن بسته‌های فرهنگی هیجان‌انگیز و جذاب، افراد را مهبای الگوهای زندگی مورد تأیید خود می‌کند (گریفیت^۱ و همکاران، ۱۹۹۴). تلویزیون در زندگی روزانه تبدیل به سرگرمی شده و زندگی روزمره را با سبک‌زندگی هم‌معنی

1.Griffith

می‌سازد. به عبارت دیگر، جایگاه رسانه در این زمینه به مثابه سبک دادن به زندگی است. برنامه‌های سبک‌زندگی، زندگی روزمره را در قالب مستند توصیف نمی‌کنند، بلکه با توجه به ارزش‌های سرگرم‌کننده برنامه، به صورت فعال ایده‌های عملی آن را ارائه می‌کنند (کریستنسن، ۱۳۹۲). ترجیحات غذایی در درجه اول از طریق فرایندهای یادگیری توسعه می‌یابد (بیرچ^۱، ۱۹۹۹). نظریه انتظار در روانشناسی اجتماعی بر این باور است که کیفیت تجربه یک شخص با یک محرک تحت تأثیر انتظارات، باورها و خواسته‌های مربوط به این محرک‌ها، علاوه بر ویژگی‌های خود محرک است (اولسن^۲ و همکاران، ۱۹۹۶). برنامه‌های غذایی نه فقط برای تدریس آشپزی، بلکه در مورد نحوه زندگی است. طبق نظر دو سولیرر^۳ (۲۰۰۵)، برنامه‌های غذایی تلویزیون می‌تواند یک راه برای انتشار دانش فرهنگی و اجتماعی باشند.

۲- پیشینه پژوهش

فتحی و جعفری (۱۳۹۶)، این پژوهش را با هدف بررسی رابطه مصرف رسانه‌ای با تغییر سبک‌زندگی در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل به روش پیمایشی انجام داده‌اند. در این تحقیق به دو نظریه پیر بوردیو و نظریه کاشت گریبتر توجه شده است. جامعه آماری این تحقیق ۳۸۴ نفر می‌باشد که از میان همه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل در سال ۱۳۹۴ انتخاب شده است. این پژوهش نشان داد بین مصرف رسانه‌ای و سبک‌زندگی رابطه وجود دارد. علاوه بر آن بین میزان مصرف رسانه‌های دیجیتال با مصرف فرهنگی، مصرف مادی، رفتار سیاسی و دین‌داری همبستگی مستقیم وجود دارد. همچنین در دانشجویانی که غالباً ماهواره تماشا می‌کنند تغییرات سبک‌زندگی بیشتر از دانشجویانی است که غالباً از اینترنت استفاده می‌کنند. موسوی شفیعی و همکاران (۱۳۹۶)، ظرفیت مستند تلویزیونی در آموزش تغذیه سالم مبتنی بر سبک ایرانی اسلامی با مطالعه موردی مستند مسابقه ناهار فامیلی را بررسی کردند. تغذیه سالم یکی از مؤلفه‌های راهبردی در تکامل جسمی و روحی انسان است.

-
1. Birch
 2. Olson
 3. De Solierer

تیین صحیح سبک‌زندگی اسلامی- ایرانی در باب تغذیه سالم و رواج فرهنگ آن از طریق مستند تلویزیونی از اهداف این تحقیق است که با ارائه مؤلفه‌های تغذیه سالم از نظر فرهنگ ایرانی- اسلامی و علوم روز به دنبال تبیین ظرفیت‌های آموزشی مستند تلویزیونی در ترویج فرهنگ‌سازی تغذیه سالم مبتنی بر سبک‌زندگی ایرانی- اسلامی است. سؤال اصلی این پژوهش این است که آیا مستند تلویزیونی می‌تواند با ظرفیت‌های خود، تغذیه سالم مبتنی بر سبک‌زندگی ایرانی- اسلامی را آموزش و ترویج دهد؟ برای پاسخ به سؤال مستند تلویزیونی و تغذیه سالم مبتنی بر سبک‌زندگی اسلامی- ایرانی مورد بررسی قرار گرفت. مطالعه موردی در این تحقیق بر روی مستند مسابقه نهار فامیلی است. در این تحقیق از سه روش بررسی اسنادی، مطالعه میدانی با تکنیک مصاحبه عمیق و تحلیل محتوای کیفی مستند- مسابقه نهار فامیلی استفاده شده است. با بررسی مستند مسابقه نهار فامیلی و مبانی نظری، می‌توان نتیجه گرفت که مستندهای تلویزیونی با قابلیت‌های مختلف آموزشی و پژوهشی خود می‌توانند نقش مهمی در فرهنگ‌سازی داشته باشند به شرطی که سازندگان هم در ابعاد محتوایی فیلم مستند و هم در ابعاد ساختاری آن بر روی مشکلات اصلی سبک‌زندگی مردم تمرکز داشته و با درک صحیح از مسائل فرم و محتوای مناسب را تولید نمایند.

گلابی و همکاران (۱۳۹۵)، نقش رسانه در رفتارهای تغذیه‌ای و زمینه اجتماعی مرتبط با آن را بررسی کرده‌اند. روش پژوهش، پیمایشی است. جامعه آماری شهروندان بالای ۱۵ سال شهر تبریز هستند. حجم نمونه ۴۸۳ نفر و نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای است. در این تحقیق نتایج نشان می‌دهد که رفتار تغذیه‌ای پاسخگویان از لحاظ متغیرهای زمینه‌ای (سن، وضعیت اشتغال، سطح تحصیلات، وضعیت تأهل و طبقه اقتصادی) متفاوت و معنادار است. در مقابل رفتار تغذیه‌ای پاسخگویان از نظر متغیر جنس متفاوت نیست. به عبارتی دیگر رفتار تغذیه‌ای مردان و زنان یکسان است.

محمدی و ملکی (۱۳۹۵)، ارتباط رسانه‌ها با سبک‌زندگی دانشجویان را بررسی کرده‌اند. هدف اصلی این تحقیق شناخت رابطه بین سبک‌زندگی و مصرف کالاهای فرهنگی در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی گرگان بوده است. روش مورد استفاده در این تحقیق پیمایشی بوده و برای جمع‌آوری اطلاعات از اسناد و مدارک و پرسشنامه

محقق ساخته استفاده شده است. جامعه آماری این تحقیق کلیه دانشجویان شاغل به تحصیل در دانشگاه آزاد اسلامی گرگان در سال ۱۳۹۴ بوده و حجم نمونه این تحقیق ۳۱۰ دانشجو بوده و برای انتخاب نمونه‌ها از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای متناسب بر اساس جنسیت دانشجویان استفاده شده است. نتایج و یافته‌ها نشان می‌دهد که از مجموع ۱۳۰ دانشجوی مورد مطالعه ۲۲/۶ درصد دارای سبک‌زندگی فرهنگی (سنتی)، ۳۰/۶ درصد دارای سبک زندگی مادی (مدرن) و ۴۶/۸ درصد دارای سبک‌زندگی ترکیبی می‌باشند. میانگین میزان مصرف کالاهای رسانه‌ای و فرهنگی نشان می‌دهد که بیشترین میزان مصرف دانشجویان مربوط به برنامه‌های ماهواره‌ای با میانگین ۱۲۹ دقیقه در شبانه‌روز و کمترین میزان مصرف مربوط به کالای رسانه‌ای رادیو با میانگین ۲۵ دقیقه در شبانه‌روز و میانگین کلی میزان مصرف دانشجویان، ۳/۲۳ از ۵ بوده است.

محمودی و همکاران (۱۳۹۵)، سبک‌زندگی اسلامی در بعد تغذیه را مورد بررسی قرار داده‌اند. دین اسلام همواره بر اهمیت سلامتی و تندرستی تأکید دارد و مسلمانان بر اساس دین خود، ارزش زندگی خوب و سالم را به رسمیت شناخته‌اند. هدف از مطالعه حاضر بررسی سبک‌زندگی اسلامی در بعد تغذیه است. در این مطالعه مروری سعی شده است از طریق دسترسی به منابع معتبر راهبردهای عملی در دین اسلام را جهت نیل به سبک‌زندگی سالم در بعد تغذیه مورد بررسی قرار گیرد. بر اساس نتایج مطالعات مرور شده آنچه از دستورات و نظرات دین اسلام در زمینه بهبود سبک تغذیه اسلامی ارائه شده، کاربرد عملی داشته به‌گونه‌ای که اگر پایبندی به دستورات تغذیه‌ای و سبک-زندگی اسلامی وجود داشت شاید امروز شاهد بسیاری از بیماری‌های مرتبط با تغذیه (چاقی، قلبی عروقی، فشار خون، دیابت و ...) در زمان حاضر نبودیم.

فتحی و مختارپور (۱۳۹۳)، نقش و تأثیر رسانه‌های نوین تصویری در تغییر سبک زندگی را بررسی کرده‌اند. در این مطالعه از چارچوب نظری نظریه پردازان ارتباطات و الگوهای زندگی استفاده شده است. روش این تحقیق پیمایشی و از ابزار پرسشنامه استفاده شده است. جامعه آماری این پژوهش، دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران هستند. نمونه آماری ۳۷۰ نفر است. بر اساس یافته‌های این مطالعه استفاده از رسانه‌های تصویری در شکل‌دهی سبک‌زندگی نقش دارند.

صالحی (۱۳۹۲)، پژوهش جایگاه رسانه‌های ارتباط جمعی در ترویج سبک‌زندگی اسلامی را انجام داده است. حوزه‌های فردی و عمومی هر شخص با انتخاب نوع خاصی از سبک‌زندگی تشکیل می‌شود و سبک‌زندگی اسلامی که ریشه در آموزه‌های قرآن کریم و سنت نبوی و اهل‌بیت علیهم‌السلام دارد در زمینه‌های مختلف فردی و اجتماعی دارای مؤلفه‌های متعددی است. در این مطالعه، پس از بررسی تعاریف و ابعاد سبک‌زندگی جامعه اسلامی، به برخی از راهکارهای استفاده از رسانه‌های ارتباط جمعی در ترویج سبک‌زندگی اسلامی، اشاره شده است.

آرکان^۱ (۲۰۱۳)، تأثیرات تلویزیون و تبلیغات تلویزیون در رفتار تغذیه کودکان را بررسی کرده است. درحالی‌که عوامل متعددی بر رفتارهای تغذیه و انتخاب غذای جوانان تأثیر می‌گذارد، دو نیروی قوی، مشاهده تلویزیون و در معرض تبلیغات مواد غذایی تلویزیون قرار گرفتن هستند. در ایالات متحده، کودکان و نوجوانان تقریباً هرروز تلویزیون را به مدت چهار ساعت و نیم تماشا می‌کنند. در طول این زمان، کودکان بین ۲ تا ۱۲ ساله روزانه در معرض ۳۸ دقیقه تبلیغات قرار می‌گیرند. تبلیغات مواد غذایی نیمی از تمام تبلیغات برنامه‌های تلویزیونی کودکان را در برمی‌گیرند. کودکان بین ۲ تا ۷ سال، ۱۲ تبلیغ غذایی را مشاهده می‌کنند و کودکان بین ۸ تا ۱۲ سال هرروز ۲۱ تبلیغ مواد غذایی و یا ۷۶۰۹ تبلیغ در هر سال را می‌بینند. مهمترین عامل ترجیح غذا، طعم و مزه است. عادات غذا خوردن و اولویت‌های طعم در اوایل زندگی به وجود می‌آیند و در دوران نوجوانی نسبتاً پایدار می‌مانند. از آنجاکه ترجیحات طعم از طریق روش‌های یادگیری شامل در معرض مکرر قرار گرفتن و پیام مثبت در مورد غذاهای مختلف به دست می‌آید، قرار گرفتن در معرض تلویزیون در طول زندگی، می‌تواند تأثیر ماندگاری در خوردن غذا داشته باشد.

زیدی^۲ و همکاران (۲۰۱۲)، تأثیر کانال‌های غذایی تلویزیون بر جامعه را بررسی کرده‌اند. هدف این مطالعه بررسی تأثیر کانال‌های غذایی تلویزیون بر جامعه، با توجه به جنبه‌های اقتصادی، اجتماعی و روانی است. روش تحقیق جمع‌آوری داده‌های اولیه

1. Arcan
2. Zaidi

است. تلویزیون مؤثرترین وسیله ارتباطی است؛ تلویزیون فعالیت‌های افراد، الگوهای تعامل خانوادگی و اجتماعی، شیوه‌های فرهنگی، هزینه‌های داخلی و شخصی را تغییر داده و در روند تصمیم‌گیری بسیار تأثیرگذار است. در پاکستان، سه کانال غذای اختصاصی ۲۴ ساعته وجود دارد و این مطالعه نشان می‌دهد که آنها سه عامل بهبود، تغییر و آگاهی را در جامعه ایجاد کرده‌اند.

۳- روش پژوهش

روش پژوهش عبارت از یک روش گام‌به‌گام، منطقی، منظم و دقیق برای شناسایی مشکلات، گردآوری داده‌ها، تجزیه و تحلیل داده‌ها و استنباط معتبر از آنهاست. از این رو تحقیق علمی صرفاً مبتنی بر تجربه یا برداشت‌های شخصی و درک مستقیم نیست، بلکه هدفمند و دقیق است (سکاران، ۱۳۸۱).

روش این پژوهش مبتنی بر رویکرد کیفی است و از روش تحلیل محتوای کیفی برای استخراج، تحلیل و تفسیر داده‌ها استفاده شده است. در این مطالعه محقق روایت‌کننده معانی و تفاسیر میدانی است.

در این تحقیق از نمونه‌گیری هدفمند استفاده شده است. نمونه‌گیری هدفمند که به آن نمونه‌گیری غیراحتمالی، هدفدار یا کیفی نیز می‌گویند به معنای انتخاب هدفدار واحدهای پژوهش برای کسب دانش یا اطلاعات است (هولووی و ویلر، ۲۰۱۰).

در این مطالعه برنامه‌های تلویزیونی تغذیه‌ای ماهواره‌ای مورد بررسی قرار گرفته شده است. برنامه بفرمایید شام از شبکه من و تو به تعداد ۱۰ قسمت مورد بررسی قرار گرفته است. دلیل انتخاب این برنامه ماهواره‌ای فارسی زبان بودن آن و ارائه محتوای تغذیه‌ای و نمایش سبک‌زندگی ایرانیان خارج از کشور در این برنامه و پخش آن از شبکه فارسی زبان ماهواره‌ای است.

داده‌ها در این تحقیق بر اساس روش تحلیل محتوای کیفی مایرینگ استخراج، تفسیر و تحلیل شده است. مایرینگ روش تحلیل محتوای کیفی که امروزه به شکل

وسیع‌تری در پژوهش‌های کیفی استفاده می‌شود را شرح و توضیح داده است (مایرینگ^۱، ۱۹۸۳).

۴- یافته‌های پژوهش

از بررسی محتوای ۱۰ برنامه تلویزیونی تغذیه‌ای شبکه‌های ماهواره‌ای، مقوله نمود فرهنگ در برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای و زیرمقوله‌های آن شناسایی شد. جدول (۲) این یافته‌ها را همراه با مصادیق آنها نشان می‌دهد.

جدول ۲. مقوله نمود فرهنگ در برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای

مقوله	زیرمقوله	زیرمقوله	مصادیق
نمود فرهنگ در برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای در تقابل با سبک زندگی ایرانی - اسلامی	حذف، مخالفت یا بی‌اعتنایی به مفاهیم مذهبی	عادی‌سازی غذاهای حرام	هدیه دادن شراب به میزبان. استفاده از شراب در پخت‌وپز برای خوشمزه شدن غذا. تأکید بر خوشمزه بودن گوشت خوک.
		عادی‌سازی تمایز نداشتن نجس و پاک	نگهداری سگ در خانه و بردن آن به آشپزخانه.
		عادی‌سازی رابطه با نامحرم	دست دادن و درآغوش گرفتن مهمان نامحرم.
	تغذیه ناسالم		مشروبات الکلی غذاهای چرب و پرکالری
	سرو غیرایرانی غذا	ایستاده غذا خوردن	نوشیدن مشروب و آبمیوه و خوردن اسنک ایستاده
		به سبک ملل دیگر غذا خوردن	با چوب چینی غذا خوردن
	اسراف		دور ریختن باقیمانده مواد غذایی هنگام پخت تا انتها نخوردن غذا
	تجمل‌گرایی	نمایش و آموزش غذاهای گران‌قیمت	دنده بره، اسکاچ فیله شکم پر
		آشپزخانه تلویزیونی گران‌قیمت	آشپزخانه مدرن با وسایلی مانند: مایکروویو، یخچال سایدبای‌ساید، میز غذاخوری همراه با شمعدان و ظروف لوکس چینی

مقوله	زیرمقوله	مصدق
	فردگرایی	مهمانی‌های غیرخانوادگی
	لذت‌گرایی	پاسوربازی
		تفریحات خلاف شرع
	استفاده از دخانیات	قلیان کشیدن همراه با غذا

۴-۱- تحلیل زیر مقوله‌ها:

۴-۱-۱- تحلیل زیرمقوله حذف، مخالفت یا بی‌اعتنایی به مفاهیم مذهبی:

در برنامه‌های غذایی بررسی شده از شبکه‌های ماهواره‌ای فارسی‌زبان غیرایرانی مشاهده شد در برنامه بفرمایید شام با مفاهیم مذهبی مخالفت یا بی‌اعتنایی می‌شود. یکی از ضروریات دین اسلام بحث حلال و پاکیزه خوردن مواد غذایی است. در برنامه بفرمایید شام این مسئله مورد بی‌اعتنایی یا مخالفت قرار گرفته است. به‌عنوان مثال مهمانان برای میزبان بطری مشروب هدیه می‌دهند و میزبان در ابتدای برنامه از مهمانان با مشروب پذیرایی می‌کند. همچنین در هنگام پخت غذا نیز در یکی از قسمت‌ها آشپز عنوان می‌کند برای خوشمزه‌تر شدن غذا از مشروب در پخت آن استفاده کنید. در قسمتی دیگر آشپز برای تهیه غذا از گوشت خوک استفاده می‌کند و به خوشمزه بودن آن تأکید می‌کند. در قسمتی دیگر مجری برنامه از خوردن جفت نوزاد پس از زایمان و خاصیت‌ها و مواد مقوی که دارد می‌گوید و طرز تهیه آن را همراه با میوه‌های مختلف و به‌صورت نوشیدنی اسموتی شرح می‌دهد.

در سبک‌زندگی ایرانی - اسلامی به مسئله نجاست و پاکی تأکید شده است؛ اما یکی از مواردی که از بررسی برنامه بفرمایید شام مشاهده شد نادیده گرفتن این مورد است.

یافته‌ها:

مشاهده شد در برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای، نادیده گرفتن مسائل مذهبی جزئی از محتوایی است که در این برنامه‌ها به نمایش گذاشته شده است.

موضوع غذای حلال و حرام و یا ذبح شرعی به هیچ‌وجه در تهیه غذا در این برنامه‌ها مورد توجه قرار داده نمی‌شود. تمایز ندانستن بین نجسی و پاکی از دیگر مواردی است که در این برنامه‌ها مشاهده شده است. مورد دیگر الگوی رابطه زن و مرد و روابط افراد خارج از حیطه خانواده و دستورات اسلام است.

برنامه‌های تغذیه‌ای فارسی‌زبان ماهواره‌ای با رواج ارتباطات نامتعارف و عادی جلوه دادن روابط افراد نامحرم می‌توانند موجب تغییر سبک‌زندگی ایرانی - اسلامی مخاطب شوند. در نتیجه مخاطب ایرانی با سبک‌زندگی آشنا می‌شود که مغایر با دستورات دینی و مذهبی او است و آنچه را که حرام و ناشایسته می‌دانسته موردی عادی برایش جلوه می‌کند.

به‌عنوان مثال در فرهنگ و سبک زندگی ایرانی افراد هنگام ورود به خانه کفش خود را از پای درمی‌آورند؛ اما در برنامه بفرمایید شام به پا داشتن کفش نشانه‌ای از تشخص و راحت بودن مهمان است و میزبان از افراد می‌خواهد که کفش به پا داشته باشند. مثال دیگر از بی‌توجهی به نجسی و پاکی نگهداری سگ در خانه و حتی بردن آن به آشپزخانه و با آن بازی کردن و هم‌زمان غذا درست کردن است. در این برنامه از سگ به‌عنوان عضو جدایی‌ناپذیر خانواده نام برده می‌شود و حتی در هنگام صرف غذا آن را هم به میز غذا می‌برند.

مورد دیگر که از بررسی برنامه‌های غذایی مشاهده شد عادی‌سازی روابط نامحرم با یکدیگر است. به‌عنوان مثال در برنامه بفرمایید شام افرادی که باهم هیچ نسبتی ندارند و نامحرم هستند یکدیگر را در آغوش گرفته و یا میزبان برای خوش‌آمدگویی با مهمان نامحرم خود دیدن می‌کند.

۴-۱-۲- تحلیل زیرمقوله تغذیه ناسالم:

در برنامه‌های غذایی بررسی شده از شبکه‌های ماهواره‌ای فارسی‌زبان غیرایرانی مشاهده شد در برنامه بفرمایید شام به سالم بودن تغذیه توجه چندانی نمی‌شود. در برنامه بفرمایید شام غذاهایی تهیه و سرو می‌شود که از نظر سلامتی برای فرد مضر هستند. به‌عنوان مثال در پخت و تهیه غذاها از مواد آماده و کنسروی استفاده می‌شود که دارای افزودنی هستند؛ و یا از روغن بسیار زیاد، خامه و چربی زائد، شکر فراوان در تهیه غذاها استفاده می‌شود. از نوشیدنی‌های الکلی نیز به‌کرات در این برنامه استفاده می‌شود.

یافته‌ها:

مشاهده شد در برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای بررسی شده، مورد تغذیه سالم و سلامت افراد نادیده گرفته شده است. در این برنامه‌ها ملاک انتخاب غذا تنها مزه و طعم است و به سالم بودن غذا و تأثیراتی که بر جسم افراد دارد اهمیت داده نمی‌شود. همچنین در این برنامه لذت‌های زودگذر از خوردن غذا مهم انگاشته شده است.

۴-۱-۳- تحلیل زیرمقوله سرو غیر ایرانی غذا:

در برنامه‌های غذایی بررسی شده از شبکه ماهواره‌ای من و تو مشاهده شد فرهنگ تغذیه سرو غیر ایرانی غذا در این برنامه‌ها نشان داده شده است. به‌عنوان مثال ایستاده غذا خوردن یکی از فرهنگ‌های غذایی غیر ایرانی است که در این برنامه‌ها شاهد آن بودیم؛ مانند سرو نوشیدنی و یا تنقلات به‌صورت ایستاده که در ابتدای برنامه میزبان به این شکل از مهمانان خود پذیرایی می‌کند. مثال دیگر از نوع سرو غذا، آوردن چوب غذاخوری چینی توسط میزبان و خوردن غذا توسط آن است.

یافته‌ها:

مشاهده شد در برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای بررسی شده، فرهنگ‌های تغذیه‌ای غیر ایرانی به نمایش گذاشته می‌شود. یکی از این فرهنگ‌ها شیوه و طرز سرو غذا است. بدین وسیله مخاطب با سبک تغذیه‌ای آشنا می‌شود که با فرهنگ تغذیه ایرانی از نظر آداب و چگونگی غذا خوردن مغایرت دارد.

۴-۱-۴- تحلیل زیرمقوله اسراف:

در برنامه‌های غذایی بررسی شده از شبکه ماهواره‌ای من و تو مورد اسراف و زیاده‌روی مشاهده شده است. به‌عنوان مثال در یکی از قسمت‌ها آشپز در هنگام پخت غذا از غذای

یافته‌ها:

در برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای بررسی شده، اسراف مواد غذایی و خوراکی و بی‌توجهی به صرفه‌جویی مشاهده شده است. در حالی که اسلام اسراف و زیاده‌روی و ضایع نمودن نعمت‌ها را حرام و ناروا می‌داند. این سبک‌زندگی به نمایش گذاشته شده بر خلاف و مغایر با آموزه‌ها و ارزش‌های ایرانی-اسلامی است.

یافته‌ها:

سبک‌زندگی تجملاتی که مهم‌ترین علامت آن استفاده از کالاهای لوکس و غیرضروری در زندگی است یکی از مواردی است که در برنامه‌های تغذیه‌ای ماهواره‌ای به نمایش گذاشته شده است. این سبک‌زندگی با واقعیت موجود در جامعه و زندگی کنونی اکثر مردم در تضاد است. نمایش تجمل باعث ایجاد تصور کاذب از واقعیت اجتماعی و ارزش‌گذاری به مادی‌گرایی می‌شود. تبدیل ثروت به ارزش، زمینه تبدیل نابرابری به ارزش را ایجاد می‌کند. این در حالی است که تجمل و مصرف‌گرایی از مواردی است که مورد نکوهش دین اسلام قرار گرفته است.

خود راضی نیست و آن را دور ریخته و دوباره شروع به پخت غذا می‌کند. یا در مثالی دیگر غذایی که برای مهمانان برده می‌شود زیاد است و مقدار بسیاری از آن باقیمانده و دور ریخته می‌شود.

۴-۱-۵- تحلیل زیرمقوله تجمل‌گرایی:

در برنامه‌های غذایی بررسی شده از شبکه ماهواره‌ای من و تو، نمایش تجمل‌گرایی مشاهده شده است. به‌عنوان مثال در برنامه بفرمایید شام آشپزخانه‌ای لوکس و گران‌قیمت نشان داده می‌شود و آشپز برنامه از وسایل و لوازمی برای پخت غذا استفاده می‌کند که در دسترس همگان نبوده و یا استفاده از آنها لزوم چندانی ندارد. در یکی از قسمت‌ها میز غذا همراه با آینه و شمعدان و ظروف چینی بسیار لوکس و قیمتی تزیین شده است. یا در تهیه غذا از مواد غذایی استفاده شده که گران‌قیمت هستند و غذای گرانی به نمایش گذاشته است؛ مانند غذای اسکاچ فیله شکم‌پر که در یکی از قسمت‌های بفرمایید شام با استفاده از مواد غذایی گران‌قیمت تهیه می‌شود.

۴-۱-۶- تحلیل زیرمقوله فردگرایی:

در برنامه‌های غذایی بررسی شده از شبکه ماهواره‌ای من و تو مشاهده شد فرهنگ فردگرایی به نمایش گذاشته شده است. در برنامه بفرمایید شام برگزاری مهمانی‌های مجردی و غیرخانوادگی یکی از سبک‌های زندگی است که در این برنامه ترویج داده شده است. به‌عنوان مثال در هر سری از این برنامه افراد در چهار شب به صرف شام به

یافته‌ها:

یکی از وجوه سبک‌زندگی غربی فرهنگ فردگرایی است که در آن پایبندی به خانواده آن‌چنان که در فرهنگ شرقی و ایرانی-اسلامی وجود دارد دیده نمی‌شود. در سبک‌زندگی ایرانی-اسلامی خانواده جایگاه ویژه‌ای دارد. فردگرایی از مهم‌ترین عناصر دنیای کنونی غرب است و از بطن محوریت اومانیسم و انسان‌گرایی پدید آمده است.

منزل یکدیگر می‌روند. در این مهمانی‌ها خانواده جایگاهی ندارد و افراد به‌تنهایی مهمان و یا میزبان دیگر افراد هستند.

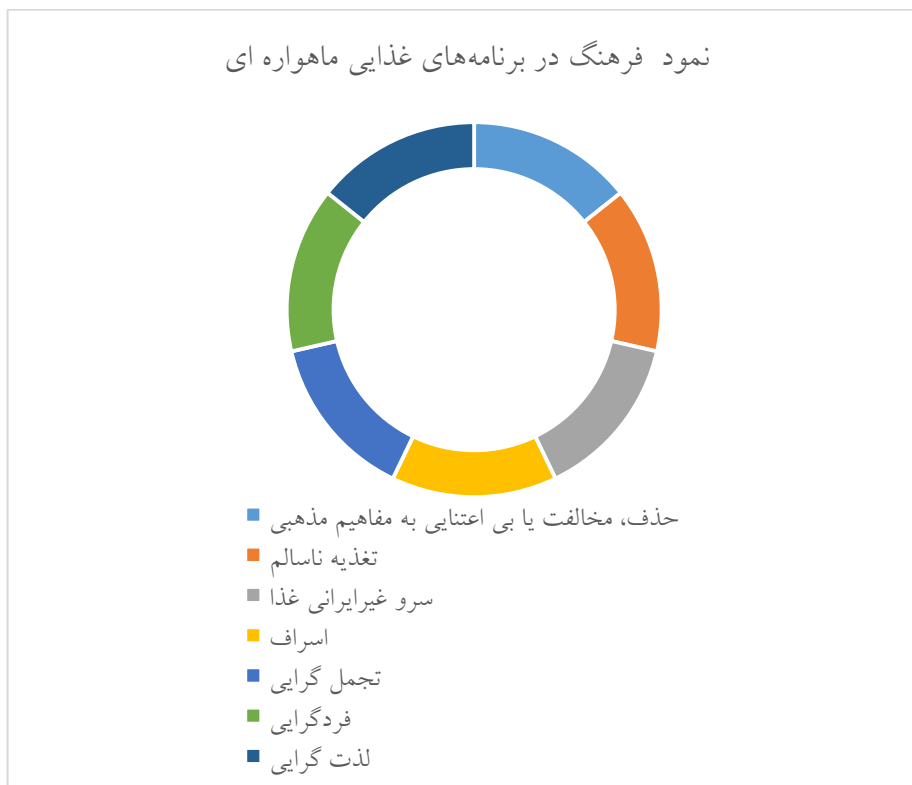
۴-۱-۷- تحلیل زیرمقوله لذت‌گرایی:

یکی از مواردی که در برنامه‌های غذایی بررسی شده از شبکه ماهواره‌ای من‌وتو مشاهده شد لذت‌گرایی منفی است. به‌عنوان مثال در برنامه بفرمایید شام سپری کردن اوقات فراغت به شکل بطالت ترویج می‌شود. در یکی از قسمت‌ها میزبان برنامه از علاقه خود به پاسوربازی و گذراندن اوقات فراغت خود با کارت بازی ابراز خوشحالی می‌کند و بیننده را نیز به انجام این کار تشویق می‌کند. در صورتی که پاسوربازی جزء اعمال لغو و باطل است و رفتاری است بیهوده و بی‌نتیجه که سبب تباه شدن عمر انسان می‌شود. مورد دیگر از لذت‌گرایی منفی نمایش داده شده در برنامه بفرمایید شام که خلاف شرع دین اسلام است و به‌منظور لذت بردن زودگذر است رقصیدن مختلط زن و مرد نامحرم است.

همچنین مشاهده شد استعمال دخانیات از دیگر مواردی است که در برنامه بفرمایید شام به‌عنوان تفریح همراه صرف غذا به نمایش گذاشته شده است. به‌عنوان مثال در یکی از قسمت‌ها مابین غذا خوردن میزبان برای هر مهمان یک قلیان به میز غذا می‌آورد و همگی شروع به استفاده از قلیان کرده و سعی در هنرنمایی با ایجاد حلقه‌های دود می‌کنند.

یافته‌ها:

در برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای مخاطب تشویق به گذراندن اوقات خود به شیوه‌هایی می‌شود که خلاف سبک‌زندگی ایرانی- اسلامی و از رفتارهای باطل و بیهوده‌ای است که موجب آسیب رساندن به فرد و هدر دادن عمر و از دست دادن سرمایه‌های زندگی می‌شود. مانند قبح‌زدایی مصرف دخانیات در برنامه‌های ماهواره‌ای که یکی از علل افزایش گرایش به مواد دخانی در جامعه بوده است.



نمودار ۴. زیرمقوله‌ها در مقوله نمود فرهنگ در برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای

نمودار (۴) زیرمقوله‌ها در مقوله نمود فرهنگ در برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای را نشان می‌دهد.

بحث و نتیجه‌گیری

به‌عنوان بخشی از گرایش‌های سبک‌زندگی، برنامه‌های غذایی تلویزیون از محبوبیت بی‌سابقه‌ای در میان مخاطبان گوناگون برخوردار هستند. جریان‌های بی‌پایان از تصاویر غذایی مد روز که جهان ما را تزئین می‌کنند، به زیبایی‌شناسی زندگی روزمره در فرهنگ مصرف‌کننده پسامدرن کمک می‌کنند (بنجامین^۱، ۱۹۶۸؛ بادریلارد^۲، ۱۹۸۳، جیمسان^۳، ۱۹۸۴، فیدراستون^۳، ۲۰۰۷).

1. Benjamin

غذا نه تنها وضعیت اجتماعی را نشان می‌دهد، بلکه می‌تواند به‌عنوان شخصیتی از یک گروه جدا شده توسط مناطق، خانواده‌ها، نژادها و مذاهب استفاده شود. هر کشور دارای مراسم ملی است. با توجه به عملکرد آن برای بیان موقعیت و ارتباط، یک شام یا مهمانی می‌تواند به‌عنوان نماد رویدادهای مهم زندگی انسان در مراسم شادی و مذهبی مورد استفاده شود. اهمیت نمادین غذای خورده شده در دین مهم‌تر از ارزش غذایی است؛ برای مثال، مصرف این غذاها می‌تواند رابطه بین انسان و خدا و بین مردم را تعیین و برقرار کند. مردم برای جشن گرفتن رویدادهای مهم یا جشنواره‌ها غذای ویژه می‌خورند (ما، ۲۰۱۵).

آنچه از یافته‌های این پژوهش به‌دست آمد این‌گونه برمی‌آید که سبک‌زندگی تغذیه-ای به نمایش گذاشته شده در برنامه‌های ماهواره‌ای فارسی‌زبان در تقابل با اصول سبک‌زندگی تغذیه‌ای ایرانی-اسلامی است. حلال‌خوری یکی از این اصول است که زیرمقوله "حذف، مخالفت یا بی‌اعتنایی به مفاهیم مذهبی" در مغایرت با آن قرار دارد و بی‌اعتنایی و عادی‌سازی خوردن غذاهای حرام در برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای مشاهده شده است. به‌عنوان مثال در یکی از قسمت‌های برنامه بفرمایید شام آشپز برنامه توصیه به استفاده از شراب در پختن غذا به‌منظور خوشمزه‌تر شدن آن می‌کند. در صورتی که در دین اسلام بر حلال‌خوری و دوری از مواد غذایی حرام تأکید شده است. به‌عنوان مثال در سوره بقره، آیه ۱۷۳ آورده شده است: "به تحقیق، خدا حرام گردانید بر شما مردار و خون و گوشت خوک را و آنچه را که به اسم غیر خدا کشته باشند،..." یا در سوره مائده، آیه ۹۰ آورده شده است: "ای کسانی که ایمان آورده‌اید، شراب و قمار و بتها و تیرهای قرعه پلیدند [و] از عمل شیطانند. پس، از آنها دوری گزینید، باشد که رستگار شوید".

تمایز ندانستن بین نجسی و پاکی از دیگر مواردی است که در این برنامه‌ها مشاهده شده است. به‌عنوان مثال در یکی از قسمت‌های برنامه بفرمایید شام آشپز برنامه سگ

-
1. Baudrillard
 2. Jameson
 3. Featherstone
 4. Ma

خود را به آشپزخانه آورده و در حین پخت غذا او را در بغل گرفته و با سگ بازی می‌کند. درحالی‌که در آیات و روایات به طهارت و رعایت پاکی توصیه شده است. مثلاً در روایتی از پیامبر اکرم (ص) آمده است (متقی هندی، ۱۴۰۱): "طهارت، جزء [نصف] ایمان است". در روایتی از امام صادق (ع) آمده است (عاملی، ۱۴۰۹): "سگ پلید و نجس است".

مورد دیگر الگوی روابط زن و مرد خارج از حیطه خانواده و دستورات اسلام است؛ مانند هنگامی‌که در یکی از قسمت‌های برنامه بفرمایید شام زنان و مردان نامحرم به‌منظور ایجاد سرگرمی به یکدیگر شروع به رقصیدن می‌کنند. یا مورد دیگر خوشامدگویی میزبان مرد به مهمان زن با درآغوش گرفتن آن است. در صورتی‌که در قرآن به چگونگی روابط زن و مرد و مواردی که باید در این روابط رعایت شود اشاره شده است. به‌عنوان مثال در سوره نور، آیه ۳۱ آمده است: "و به زنان مؤمن بگو: «چشمانشان را (از نگاه حرام) فرو کاهند و دامان (عفت) شأن را حفظ کنند و زیورشان را آشکار ننمایند، جز آنچه را که از آن‌ها ظاهر است و باید روسری‌هایشان را بر گریبان‌هایشان (فرو) اندازند و ...".

زیرمقوله "تغذیه ناسالم" به‌دست‌آمده از برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای، مورد دیگری است که در تضاد با اصل "به خطر نیفتادن سلامتی" در سبک‌زندگی ایرانی - اسلامی است. در نمونه‌ای از برنامه بفرمایید شام مشاهده شده است که از غذاهای چرب و پرکالری و یا مشروبات الکلی استفاده می‌شود که برای سلامتی انسان مضر هستند. در صورتی‌که در سبک‌زندگی ایرانی - اسلامی به سالم بودن تغذیه انسان تأکید شده است. همان‌طور که در سوره عبس، آیه ۲۴ آمده است که: "پس انسان باید به خوراک خود بنگرد".

از دیگر اصول سبک‌زندگی ایرانی - اسلامی "نشسته خوردن" است که در زیرمقوله "سرو غیر ایرانی غذا" در برنامه‌های ماهواره‌ای شاهد مغایرت و تقابل با این مفهوم هستیم. به‌عنوان مثال در اکثر قسمت‌های برنامه بفرمایید شام افراد به‌صورت ایستاده لیوان‌های نوشیدنی خود را در دست گرفته و میل می‌کنند. در صورتی‌که در سبک‌زندگی ایرانی - اسلامی توصیه به نشسته غذا خوردن شده است. همان‌طور که در حدیثی از

پیامبر اسلام (ص) از ایستاده خوردن و آشامیدن نهی شده است (ابن ابی جمهور، ۱۴۰۳): "پرسیدم: ایستاده غذا خوردن چه حکمی دارد؟ فرمود: بدترین نوع خوردن است".

اسراف یکی دیگر از زیرمقوله‌های فرهنگی غذایی در برنامه‌های ماهواره‌ای است که در مغایرت با اصل اسراف نکردن و صرفه‌جویی در سبک زندگی ایرانی-اسلامی قرار دارد. به‌عنوان مثال در یک قسمت از برنامه بفرمایید شام مشاهده شد که آشپز در حین پخت غذا اسراف بسیاری کرده و مواد غذایی بسیاری را دور می‌ریزد؛ و یا در قسمتی دیگر از برنامه مشاهده می‌شود که مهمانان برنامه غذای خود را تا انتها و کامل نخورده و نیمه رها می‌کنند. درحالی‌که اسراف نکردن از مواردی است که در اسلام به آن توصیه شده است، همان‌طور که در سوره اعراف، آیه ۳۱ آمده است که: "... بخورید و بیاشامید و اسراف نکنید، همانا خداوند اسراف‌کاران را دوست ندارد".

تجمل‌گرایی از دیگر زیرمقوله‌هایی است که در برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای در مغایرت با سبک زندگی ایرانی-اسلامی به نمایش گذاشته شده است. به‌عنوان مثال در یکی از قسمت‌های برنامه بفرمایید شام میزبان میزی بسیار لوکس و تجملی با استفاده از ظروف گران‌قیمت و آینه شمع‌دان می‌چیند؛ و یا در قسمتی دیگر غذای اسکاچ فیله شکم‌پر پخته می‌شود که از مواد غذایی گران‌قیمت آماده می‌شود. دین اسلام دین اعتدال است و انسان را از تجمل‌گرایی افراطی منع کرده است. به‌طوری‌که در سوره فرقان، آیه ۶۷ آمده است: "و کسانی‌اند که چون انفاق کنند، نه و لخرجی می‌کنند و نه تنگ می‌گیرند و میان این دو [روش] حد وسط را برمی‌گزینند". ابن خلدون، اندیشمند مسلمان، در این زمینه می‌گوید (ابن خلدون، ۱۳۶۳): "تجمل‌خواهی و نازپروردگی برای مردم، تباهی‌آور است، چه در نهاد آدمی انواع بدی‌ها و فرومایگی‌ها و عادات زشت، پدید می‌آورد و خصال نیکی را که نشانه و راهنمای کشورداری است، از میان می‌برد و انسان را به خصال مناقض نیکی متصف می‌کند".

فرهنگ فردگرایی نیز از مواردی است که در برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای به نمایش گذاشته شده است و در زیرمقوله فردگرایی آورده شده است. به‌عنوان مثال در تمام قسمت‌های برنامه بفرمایید شام افراد جدای از خانواده به مهمانی‌های غیرخانوادگی

می‌روند. این زیرمقوله در تضاد با اصل "با خانواده غذا خوردن" در سبک‌زندگی ایرانی - اسلامی است.

در آیات مختلف قرآن کریم، مسلمانان به همگرایی و وحدت فرا خوانده شده‌اند. در سوره آل عمران، آیه ۱۰۳ آورده شده است: "... به راه‌های متفرق نروید و به یاد آرید این نعمت بزرگ خدا را که شما با هم دشمن بودید، خدا در دل‌های شما الفت و مهربانی انداخت و همه به لطف خدا برادر دینی یکدیگر شدید ...". همین موضوع در مورد فرهنگ غذا خوردن و با خانواده غذا خوردن نیز صدق می‌کند. به طوری که در روایتی از پیامبر اکرم (ص) آمده است (عاملی، ۱۴۰۹): "هر مردی که سفره غذا را بگستراند و زن و فرزندش را بخواند و غذا را با نام خدا شروع کند و با شکر خدا به پایان برساند، هنگامی که هنوز سفره برداشته نشده، خدا رحمت و آمرزش را بر آنان نازل فرماید".

لذت‌گرایی افراطی و خلاف شرع اسلام از زیرمقوله‌هایی است که در برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای نمایش داده شده است. به‌عنوان مثال در یکی از قسمت‌های برنامه بفرمایید شام از پاسوربازی و قمار به‌عنوان سرگرمی موردعلاقه یاد شده است. درحالی که در قرآن افراد از قمار نهی شده‌اند؛ به طوری که در سوره مائده، آیه ۹۰ آورده شده است: "ای کسانی که ایمان آورده‌اید شراب و قمار و بت‌ها و تیرهای قرعه پلیدند و از عمل شیطانند پس از آنها دوری گزینید باشد که رستگار شوید". مورد دیگر از لذت‌گرایی که در برنامه بفرمایید شام دیده شده است استعمال دخانیات است که موجب به خطر افتادن سلامتی افراد می‌شود و در مغایرت با اصل توجه و حفظ سلامتی در سبک‌زندگی تغذیه‌ای ایرانی-اسلامی است. در دین اسلام نیز به حفظ سلامتی تأکید شده است. به‌عنوان مثال در سوره بقره، آیه ۱۹۵ آمده است: "خود را به دست خویش به هلاکت نیفکنید". همچنین در حدیثی از پیامبر اکرم آمده گفته شده است (متقی هندی، ۱۴۰۱): "ضرر و زیان رساندن به خود و دیگری، ممنوع است".

نتایج یافته‌های این پژوهش توسط تحقیقات انجام‌شده دیگر نیز تأیید می‌شود. به‌عنوان مثال فتحی و جعفری (۱۳۹۶)، در پژوهش خود نشان دادند بین مصرف رسانه-ای و سبک‌زندگی رابطه وجود دارد. بین میزان مصرف رسانه با مصرف فرهنگی و

دین‌داری همبستگی مستقیم وجود دارد. این مورد یافته‌های این پژوهش در ارتباط با تأثیر برنامه‌های ماهواره‌ای بر سبک‌زندگی ایرانی-اسلامی را تصدیق می‌کند. موسوی شفیعی و همکاران (۱۳۹۶)، در پژوهش خود بیان کرده‌اند مستندهای تلویزیونی با قابلیت‌های مختلف آموزشی و پژوهشی می‌توانند نقش مهمی در فرهنگ‌سازی و سبک‌زندگی مردم داشته باشند. این پژوهش مقوله "نمود فرهنگ در برنامه‌های ماهواره‌ای" در این مطالعه را تصدیق می‌کند. در مطالعه دیگری زیدی^۱ و همکاران (۲۰۱۲)، تأثیر کانال‌های غذایی تلویزیون بر جامعه را بررسی کرده‌اند و بیان کرده‌اند تلویزیون فعالیت‌های افراد، الگوهای تعامل خانوادگی و اجتماعی، شیوه‌های فرهنگی را تغییر داده و در روند تصمیم‌گیری بسیار تأثیرگذار است. نتایج این پژوهش در تأیید با یافته‌ها در خصوص ارائه الگوهای فرهنگی و سبک‌زندگی از طریق رسانه و برنامه‌های ماهواره‌ای است.

زندگی ما به‌طور فزاینده‌ای توسط جریان بی‌پایان تصاویر رسانه‌ای از غذا، که تبدیل به مقیاس‌های رژیم غذایی تلویزیونی روزانه شده است، پر شده است (دسولیر^۲، ۲۰۰۵). یک نگاه به برنامه‌های تلویزیونی نشان می‌دهد که برنامه‌های زیادی در تلویزیون درباره غذا است. معمولاً تلویزیون را به‌عنوان وسیله‌ای قدرتمند می‌بینیم که قادر به شکل دادن رفتار توسط انتقال ایده‌ها و اعتقادات است و اثبات و توصیه‌هایی را برای اقدام می‌دهند (دیکینسن^۳، ۲۰۰۰). به گفته اندرسون^۴ (۲۰۰۵) تعدادی از آیین‌ها، مراسم‌ها و آداب مذهبی ناگزیر شامل ارتباط با غذا هستند. به‌عنوان یک جنبه اساسی و جهانی از وجود انسان، غذا به‌عنوان یک نماد، موضوع دعا، نشانه اشتراک، به‌عنوان عنصری از ارتباطات، برای مذهب است.

در حال حاضر به دلیل توسعه جوامع و جهانی‌شدن، سبک‌زندگی دچار تحولات فراوانی شده است. در جریان جهانی‌شدن نوعی یک شکلی فرهنگی ایجاد می‌شود که مستلزم نابودی سایر سبک‌های زندگی است و موجب تغییر در منابع هویتی افراد و

1. Zaidi
2. De Solier
3. Dickinson
4. Anderson

آداب و رسوم آنها شده است. برنامه‌های غذایی ماهواره‌ای الگوهای فرهنگی را در برابر دیدگان مخاطبان قرار می‌دهند که در مغایرت با سبک زندگی ایرانی-اسلامی و در خلاف جهت ارزش‌های بومی و دینی کشورمان است.

سبک زندگی تغذیه ایرانی-اسلامی شامل تغذیه سالم، آداب و رسوم ایرانی، دستورات تغذیه‌ای اسلام است. تغذیه بر صحت جسمی و سلامت روحی افراد تأثیرگذار است. پس تغذیه‌ای سالم است که با توجه به اقلیم، بیولوژی و محل زندگی افراد، با استفاده از مواد مغذی و ارگانیک به تعادل، تنوع و تناسب استفاده شود. در تغذیه ایرانی-اسلامی توجه به ریشه و سنت ایرانی، آداب غذایی و فرهنگ تغذیه ایرانی-اسلامی بسیار مهم است. همچنین در دین اسلام توصیه‌های غذایی بسیاری شده است که باید رعایت شوند. بحث غذاهای حلال و حرام و یا ذبح شرعی و اسلامی و استفاده از مواد غذایی که به بدن آسیب نرساند از این موارد است.

وظیفه مدیران و مسئولان رسانه است که با نظارت صحیح بر بعد محتوایی و ساختاری، در جهت شکوفایی فرهنگی و سبک زندگی ایرانی-اسلامی بکوشند و از نفوذ فرهنگ‌های بیگانه و از دست دادن هویت بومی در خلاف ارزش‌های ایرانی-اسلامی کشورمان جلوگیری کنند.

پیشنهادها

در مطالعات آینده پژوهشگران می‌توانند وضعیت محتوای برنامه‌های تغذیه‌ای تلویزیون داخلی را بررسی کنند. همچنین محققان می‌توانند اثر سایر برنامه‌های ماهواره‌ای را در تغییر رفتار اسلامی و فرهنگی مخاطبان با دسته‌بندی افراد در گروه‌های خاص مطالعه کنند.

کتابنامه

- اباذری، یوسف و چاوشیان، حسن (۱۳۸۱). از طبقه اجتماعی تا سبک زندگی: رویکرد نوین در تحلیل جامعه‌شناسی هویت اجتماع. *نامه علوم اجتماعی*، ۲۰، صص. ۳-۲۷.
- ابن ابی جمهور، محمد بن زین الدین (۱۴۰۳). *عوالی اللئالی العزیزیه فی الأحادیث الدینیة* (ج ۱). قم: مؤسسه سیدالشهدا. ص. ۷۶.
- ابن خلدون، عبدالرحمن بن محمد (۱۳۶۳). *العین: تاریخ ابن خلدون، مقدمه ابن خلدون* (ج ۱). وزارت فرهنگ و آموزش عالی، تهران: مؤسسه مطالعات و تحقیقات فرهنگی، ص. ۳۲۰.

- ایندی، اتان (۱۳۹۰). رکود اقتصادی و فست‌فودها. *ماهنامه سیاحت غرب*، ص. ۷۱.
- جوادی عاملی، عبدالله (۱۳۹۱). *مفاتیح‌الحیاه*. قم: انتشارات اسراء.
- حسین‌زاده فرمی، مهدی (۱۳۹۳). ارزیابی تحلیلی وضعیت و تحولات سبک‌زندگی در کشور در دهه اخیر؛ به‌سوی الگوی اسلامی ایرانی سبک‌زندگی. *سومین کنفرانس الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت*.
- خادمی، نرجس (۱۳۸۷). فرهنگ تغذیه در قرآن و حدیث. *فصلنامه بینات*، ۱۵ (۳)، صص. ۲۰۴-۲۲۴.
- راوندی، مرتضی (۱۳۸۲). *تاریخ اجتماعی ایران*. تهران: نگاه، چاپ چهارم.
- رضایی، ابراهیم؛ جعفری، احمد و صادقی نقدعلی علیا، محمد (۱۳۹۴). زمینه‌شناسی سبک زندگی ایرانی-اسلامی. *چهارمین کنفرانس الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت؛ پیشرفت ایران؛ گذشته، حال، آینده*.
- سکاران، اوما (۱۳۸۱). *روش‌های تحقیق در مدیریت*. (محمود صائبی و مسعود شیرازی، مترجمان)، تهران: انتشارات مؤسسه عالی آموزش و پژوهش مدیریت و برنامه‌ریزی.
- شادفر، حوریه و جمالی زواره، بتول (۱۳۹۲). راهکار مواجهه با گسست نسلی در خانواده؛ احیای سبک‌زندگی اسلامی. *مجموعه مقالات تحولات سبک‌زندگی در ایران (ج ۱)*، صص. ۵۳۷-۵۶۳.
- شاه‌حسینی، رودابه (۱۳۹۲). خوراک در متون پیشین و راه‌های بهره‌گیری از آن در رسانه ملی. *مطالعات سبک‌زندگی*، ۲ (۴)، صص. ۵-۲۹.
- صالحی امیری، سیدرضا و بهبهانی، زهرا (۱۳۹۲). نسبت سبک‌زندگی با اخلاق و اخلاق‌گرایی. *مجموعه مقالات تحولات سبک‌زندگی در ایران (ج ۱)*، صص. ۳۴۱-۳۷۸.
- صالحی، وجیهه (۱۳۹۲). *جایگاه رسانه‌های ارتباط جمعی در ترویج سبک‌زندگی اسلامی*. تحولات سبک‌زندگی در ایران (ج ۳). تهران: تیسرا.
- عاملی، حر (۱۴۰۹). *وسائل‌الشیعه*. قم: مؤسسه آل‌البیت.
- عزیزی، فریدون (۱۳۹۲). سبک‌زندگی در پژوهش‌های علمی پزشکی. *پژوهش در پزشکی (مجله پژوهشی دانشکده پزشکی)*، ۳۷ (۳)، صص. ۱۳۹-۱۴۴.
- فتحی، حبیب‌اله و جعفری، علی (۱۳۹۶). رابطه مصرف رسانه‌ای با تغییر سبک‌زندگی. *فصلنامه مطالعات رسانه‌های نوین*، ۳ (۹)، صص. ۲۲۱-۲۵۵.
- فتحی، سروش و مختارپور، مهدی (۱۳۹۳). بررسی نقش و تأثیر رسانه‌های نوین تصویری در تغییر سبک‌زندگی. *مجله مطالعات توسعه اجتماعی ایران*، ۶ (۲)، صص. ۱۰۱-۱۱۸.
- فروزان، حامد و امینی، حجت‌الله (۱۳۹۲). آسیب‌شناسی سبک‌زندگی در برنامه‌های تلویزیون و راهکارهای ارتقای آن در ایران امروز. *ویژمنامه سبک‌زندگی*، ۴ (۱۳)، صص. ۱۹۵-۲۳۲.

- کاویانی، محمد (۱۳۹۱). سبک‌زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن. پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، قم: نشر سبحان.
- کریستنسن، کریستا لیک (۱۳۹۲). سبک‌زندگی به‌مثابه تفریحی واقعی. (مهرداد نصیری طهرانی، مترجم)، فصلنامه مطالعات سبک‌زندگی، ۲ (۴)، صص. ۱۲۹-۱۴۵.
- گلابی، فاطمه؛ آقایی هیر، توکل و ساعی، مرضیه (۱۳۹۵). نقش رسانه در رفتارهای تغذیه‌ای و زمینه اجتماعی مرتبط با آن مورد مطالعه: شهروندان بالای ۱۵ سال شهر تبریز. جامعه‌شناسی کاربردی، ۶۱ (۱)، صص. ۲۷-۴۲.
- گیدنز، آنتونی (۱۳۸۸). تجدد و تشخیص: جامعه و هویت شخصی در عصر جدید. (ناصر موفقیان، مترجم)، تهران: نی.
- مجلسی، محمدباقر (۱۳۸۳). حلیه المتقین. قم: انتشارات ارمان طوبی.
- محمدی، فاطمه و ملکی، محمد امین (۱۳۹۵). بررسی ارتباط رسانه‌ها با سبک‌زندگی دانشجویان. پنجمین کنفرانس الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت؛ الگوی پایه پیشرفت.
- محمودی، سید اسدالله؛ سراجی، محمود؛ جعفری‌پور، حسن؛ توان، بهمن و شمس، محسن (۱۳۹۵). سبک زندگی اسلامی در بعد تغذیه. نشریه اسلام و سلامت، ۲ (۲)، صص. ۶۱-۷۲.
- متقی هندی، علی بن حسام‌الدین، (۱۴۰۱ ق). کنز العمال فی سنن الأقوال و الأفعال. محقق، بکری حیانی، صفوة السقا، بیروت: مؤسسه الرساله.
- معتمدنژاد، کاظم (۱۳۷۱). وسایل ارتباط جمعی (ج ۱). تهران: دانشگاه علامه طباطبایی.
- موسوی شفیعی، سید ماجد؛ گودرزی، حسین و رضوی‌کیا، سید زینب (۱۳۹۶). بررسی ظرفیت مستند تلویزیونی در آموزش تغذیه سالم مبتنی بر سبک ایرانی اسلامی با مطالعه موردی مستند مسابقه ناهار فامیلی. مجله مطالعات اسلامی در حوزه سلامت، ۱ (۲)، صص. ۹۷-۱۱۰.
- مهدی‌زاده، سیدمحمد (۱۳۹۱). نظریه‌های رسانه اندیشه‌های رایج و دیدگاه‌های انتقادی. تهران: همشهری.
- ویلز (۱۳۶۸). سفرنامه دکتر ویلز، ایران در یک قرن پیش. (غلامحسین قراگوزلو، مترجم)، تهران: اقبال.
- Anderson, E. (2005). *Everyone Eats. Understanding Food and Culture*. New York: New York University Press.
- Arcan, C. Bruening, M. & Story, M. (2013). Television (TV) and TV Advertisement Influences on Children's Eating Behaviour. *Encyclopedia on Early Childhood Development, Child nutrition*.
- Barilla Center for Food & Nutrition (2009). *The cultural dimension of food*.
- Baudrillard, J. (1983). *Simulations*. Semiotext(e). New York.

- Benjamin, W. (1968). *Illuminations*. Schocken Books. New York.
- Birch, L.L. (1999). Development of food preferences. *Annual Review of Nutrition*, 19, pp. 41-62.
- De Solier, I. (2005). TV Dinners: Culinary Television, Education and Distinction. *Continuum: Journal of Media & Cultural Studies*, 19 (4) 465-481.
- Di Segni, R. (1986). *Guida alle regole alimentari ebraiche*. Guida alle regole alimentari ebraiche, Rom.
- Dickinson, R. (2000). Food and eating on television: impacts and influences. *Nutrition & Food Science*, 30 (1), pp. 24- 29.
- Featherstone, M. (2007). *Consumer culture and postmodernism*. Los Angeles: SAGE Publications.
- Griffith, C.J., Mathias, K.A. & Price, P.E. (1994). The Mass Media and Food Hygiene Education. *British Food Journal*, 96 (9), pp. 16-21.
- Holloway, I. & Wheeler, S. (2010). *Qualitative research in nursing and healthcare*. 3rd ed. Chichester, West Sussex, U.K., Ames, Iowa: Wiley-Blackwell.
- Jameson, F. (1984). Postmodernism, or the cultural logic of late capitalism. *New Left Review*, 146, pp. 53- 92.
- Kittler, P.G., Sucher, K.P. & Nelms, M. (2011). *Food and Culture*. Cengage Learning.
- Lantos, G.P. (2011). *Consumer Behavior in Action: Real-life Applications for Marketing Managers*. M.E. Sharpe, Armonk, NY.
- Ma, G. (2015). Food, eating behavior, and culture in Chinese society. *Journal of Ethnic Foods, J Ethn Foods*, 2, pp. 195- 199.
- Olson, J.M., Roese, N.J. & Zanna, M.P. (1996). Expectancies. In: Higgins, E.T.; Kruglanski, A.W., editors. *Social psychology: Handbook of basic principles*. New York: Guilford Press, pp. 211-238.
- Schiffman, L.G. & Kanuk, L.L. (2001). *Consumer Behaviour*. Prentice Hall of India, New Delhi.
- Solomon, M.R., Bamossy, G., Askegaard, S. & Hoog, M.K. (2006). *Consumer Behaviour*. Financial Times Prentice Hall, Harlow.
- Wiegand, M., Roth, B. & Klakow, D. (2012). Knowledge Acquisition with Natural Language Processing in the Food Domain: Potential and Challenges. *Proceedings of the ECAI Workshop on Cooking with Computers (CWC)*, 46-51.
- Wright, J.S. & Goldstucker, J.L. (1966). *New Ideas for Successful Marketing*. American Marketing Association, Chicago, IL.
- Zaidi, S. A.; Zaidi, S. S. & Naseem, M. A. (2012). Impact of Television Food Channels on Society. *Global Journal of Management and Business Research*, 12 (17) 66- 74.