

Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie, Instytut Pedagogiki

URSZULA OLEJNIK

ORCID: 0000-0003-2391-123X

urszula.olejnik@mail.umcs.pl

*Praktyki żywieniowe rodziców dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym – wersja eksperymentalna Kompleksowego Kwestionariusza Praktyk Żywieniowych (CFPQ)*

---

Parental Feeding Practices of Preschool and Early School-Aged Children – an Experimental Version of the Comprehensive Feeding Practices Questionnaire (CFPQ)

PROPOZYCJA CYTOWANIA: Olejnik, U. (2025). Praktyki żywieniowe rodziców dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym – wersja eksperymentalna Kompleksowego Kwestionariusza Praktyk Żywieniowych (CFPQ). *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska. Sectio J, Paedagogia-Psychologia*, 38(1), 175–190. DOI: 10.17951/j.2025.38.1.175-190.

ABSTRAKT

Celem artykułu jest określenie praktyk żywieniowych rodziców dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym oraz zbadanie różnic między matkami i ojcami w tym zakresie. Badania miały charakter eksploracyjny i zostały przeprowadzone z wykorzystaniem eksperymentalnej wersji polskiej adaptacji narzędzia CFPQ (Comprehensive Feeding Practices Questionnaire). W badaniu wzięło udział 178 rodziców, w tym 141 matek i 37 ojców, których dzieci uczęszczały do przedszkoli lub klas I–III szkół podstawowych. Zastosowano metodę sondażu diagnostycznego z wykorzystaniem kwestionariusza online. Wyniki pokazały, że rodzice prezentują ogólnie prawidłowe postawy żywieniowe, przejawiające się m.in. w modelowaniu zdrowych zachowań, monitorowaniu spożycia niezdrowych produktów i edukacji żywieniowej. Zaobserwowano istotne statystycznie różnice między płciami – matki były bardziej zaangażowane w pozytywne praktyki żywieniowe, podczas gdy ojcowie częściej stosowali presję i żywność jako nagrodę. Wskazano na potrzebę dalszej walidacji narzędzia oraz pogłębienia badań nad kulturowym kontekstem praktyk żywieniowych rodziców w Polsce.

**Słowa kluczowe:** praktyki żywieniowe rodziców; CFPQ; żywienie dzieci; Kompleksowy Kwestionariusz Praktyk Żywieniowych

## WPLYW NIEKTÓRYCH PRAKTYK ŻYWIENIOWYCH RODZICÓW NA NAWYKI ŻYWIENIOWE DZIECI

Postawy żywieniowe rodziców, jako pierwszych nauczycieli dziecka w zakresie odżywiania, powinny znaleźć się w centrum uwagi interdyscyplinarnych zespołów badawczych (Costa, Oliveira, 2023). Problematyka żywienia dzieci, ich optymalnej diety oraz potencjalnych zaburzeń w tym obszarze angażuje badaczy z nauk społecznych, medycznych, nauk o zdrowiu i promocji zdrowia (Patel i in., 2020). Żywienie dzieci stanowi dziś wyzwanie nie tylko dla rodziców, ale również dla placówek oświatowych. Nauczyciele przedszkoli i szkół oraz specjaliści pracujący z dziećmi (psycholodzy, logopedzi, terapeuci integracji sensorycznej) coraz częściej spotykają się z zaburzeniami odżywiania, takimi jak bulimia, anoreksja, jedzenie kompulsywne, wybiórczość pokarmowa, zespół ARFID i inne. Nie są oni przygotowani do pracy z dziećmi i ich rodzicami w tym zakresie, a zagadnienia dotyczące zdrowego żywienia nie są traktowane priorytetowo w placówkach edukacyjnych. Badacze zajmujący się żywieniem dzieci i młodzieży oraz związanymi z tym nieprawidłowościami podkreślają kluczową rolę rodziców w kształtowaniu preferencji smakowych i nawyków żywieniowych ich potomstwa (Dubois i in., 2013; Qiu i in., 2023).

Formowanie prawidłowych nawyków żywieniowych uwarunkowane jest zestawem czynników tkwiących zarówno w samym dziecku (np. indywidualnych preferencjach smakowych, profilu sensorycznym, obecności alergii czy trudnościach logopedycznych), jak i w jego otoczeniu zewnętrznym, w najbliższej rodzinie, grupie rówieśniczej oraz środowisku przedszkolnym i szkolnym (Dubois i in., 2013; Patel i in., 2020). Pierwotnym i kluczowym środowiskiem kształtowania nawyków żywieniowych jest właśnie rodzina. Osoby znaczące, takie jak rodzice czy pierwsi opiekunowie dziecka, oddziałują na jego wybory żywieniowe poprzez ekspozycję bodźców pokarmowych, modelowanie zachowań żywieniowych oraz kształtowanie relacji z jedzeniem, a także przez stosowanie systemu kar i nagród podczas posiłków, co wpływa na strukturę jedzenia (Wojciechowska 2017; Costa, Oliveira, 2023; Qiu i in., 2023). Dzieci przejmują nie tylko wzorce żywieniowe rodziców, ale także ich styl życia, stosunek do obrazu ciała i relację z jedzeniem, dlatego warto wnikliwie przeanalizować praktyki żywieniowe rodziców oraz czynniki wpływające na ich kształt. Vaughn, Ward i in. (2016) zwracają uwagę, że identyfikacja związków pomiędzy zachowaniami żywieniowymi rodziców a zachowaniami dzieci w zakresie spożywania pokarmów jest utrudniona przez brak jednolitej terminologii w piśmiennictwie naukowym. Według autorów może to wynikać z szybkiego rozwoju badań nad tą tematyką w ciągu ostatnich 30 lat, niewystarczająco zdefiniowanych konstruktów teoretycznych, prowadzenia prac przez liczne grupy badawcze na świecie oraz wielokrotnie modyfikowanych zaleceń dietetycznych, co doprowadziło do zmienności terminologii. Dlatego w literaturze przedmiotu można odnaleźć różnorodne wymiary żywieniowych

praktyk rodzicielskich, takich jak: ograniczenie, presja, groźby i łapówki, używanie jedzenia do kontrolowania negatywnych emocji, ograniczone lub kierowane wybory, monitorowanie, modelowanie, dostępność żywności, wspólne przygotowywanie posiłków, wsparcie autonomii dziecka, edukacja żywieniowa, zaangażowanie, zachęta, nagradzanie, wyjaśnianie/uzasadnienie, negocjowanie i inne (Musher-Eizenman, Holub, 2007; Melbye, i in., 2011; Vaughn i in., 2016). Jednym z najczęściej wykorzystywanych narzędzi do pomiaru praktyk żywieniowych, obejmującym wiele ich wymiarów jest narzędzie stworzone przez Musher-Eizenman i Holub (2007) – Kompleksowy Kwestionariusz Praktyk Żywieniowych (Comprehensive Feeding Practices Questionnaire, CFPQ).

Badania sugerują, że praktyki żywieniowe rodziców odgrywają kluczową rolę w kształtowaniu preferencji smakowych dzieci (Musher-Eizenman, Holub, 2007). Najczęściej analizowaną praktyką jest kontrolowanie spożycia pokarmów przez dziecko (Vaughn i in., 2016) oraz stosowanie presji, które może skutkować obniżoną akceptacją pokarmów i zaburzoną autoregulacją apetytu (Birch i in., 2003). Rodzice, obawiając się, że ich dziecko zjada zbyt mało, mogą sięgać po różne formy przymusu werbalnego. Restrykcyjne podejście do karmienia, zmuszanie do jedzenia czy manipulowanie pożywieniem w celu zmiany zachowania dziecka mogą zaburzać jego naturalną zdolność do adekwatnego reagowania na sygnały głodu i sytości, a także kształtować nieprawidłową relację z jedzeniem. Przymuszanie do jedzenia może negatywnie wpływać na zdolność odczuwania głodu i sytości, pogłębiać trudności związane z wielkością porcji, wybiórczością pokarmową (Ogden, 2011), a także prowadzić do utrwalenia nieadaptacyjnych wzorców żywieniowych. Presja rodzicielska bywa również powiązana z problematycznymi zachowaniami żywieniowymi w młodym wieku dorosłym (Ellis i in., 2015). Nadmierne zachęcanie do jedzenia, według części badaczy, może wywołać skutek odwrotny do zamierzonego (Birch i in., 2003; Jansen i in., 2012; Steinsbekk i in., 2016), choć nie wszystkie badania potwierdzają jednoznacznie tę zależność (Yee i in., 2017). Kolejnym zachowaniem żywieniowym rodziców, często analizowanym w literaturze przedmiotu, jest wykorzystywanie posiłku jako formy nagrody. W przypadku zdrowej żywności taka praktyka może prowadzić do obniżenia jej atrakcyjności w oczach dziecka i zniechęcać je do jej spożywania (Philippe i in., 2021). Odmienne wygląda sytuacja, gdy dzieci nagradzane są za pożądane zachowania niezdrowymi przekąskami lub słodyczami. Tego rodzaju postępowanie rodziców istotnie zwiększa udział produktów o niskiej wartości odżywczej w diecie dziecka (Jansen i in., 2012). Przekonania rodziców dotyczące żywienia są przekazywane dzieciom przede wszystkim poprzez modelowanie zachowań, czyli spożywanie przez rodzica określonych produktów, a nie jedynie ich oferowanie (Toporowska-Kowalska, Funkowicz, 2015). Badania nad zależnością pomiędzy modelowaniem werbalnym a modelowaniem niezamierzonym wykazały, że dzieci przejmują nawyki żywieniowe rodziców, nawet jeśli nie były one przekazywane w sposób intencjonalny.

Oznacza to, że pomimo werbalnego promowania przez matki zdrowego odżywiania dzieci nieświadomie internalizują ich rzeczywiste wzorce konsumpcyjne, które często obejmują spożywanie niezdrowych posiłków i przekąsek (Costa, Oliveira, 2023). Badania przeprowadzone w Wielkiej Brytanii w grupie dzieci w wieku 2–5 lat wykazały, że w trakcie rodzinnych posiłków, podczas których dzieci miały możliwość obserwowania i naśladowania zachowań żywieniowych dorosłych, częściej sięgały po warzywa, owoce oraz produkty pełnoziarniste. Co istotne, spożywanie napojów gazowanych i przekąsek wykazywało dodatnią korelację z jedzeniem posiłków przed ekranem telewizora (za: Scaglioni i in., 2018). Spośród 31 analizowanych badań dotyczących wpływu modelowania na prozdrowotne wybory żywieniowe dzieci aż 28 wykazało istotny związek pomiędzy konsumpcją zdrowej żywności przez dzieci a wcześniejszym modelem zachowań prezentowanym przez rodziców. Znaczące powiązanie odnotowano również w 13 z 16 badań analizujących modelowanie a konsumpcję żywności niezdrowej. Uzyskane wyniki jednoznacznie wskazują, że to, co jedzą dzieci, pozostaje pod istotnym wpływem zachowań dorosłych. Zdecydowanie mniej skuteczne niż modelowanie okazują się oddziaływania edukacyjne rodziców w zakresie zdrowego odżywiania – takie jak instrukcje werbalne, omawianie zasad zdrowego żywienia czy przekazywanie informacji (Yee i in., 2017). Wpływ na spożywanie pokarmów przez dzieci ma również ich ekspozycja i dostępność, dlatego istotne jest odpowiednie zorganizowanie domowego otoczenia dziecka pod tym kątem. Część badaczy odnosi się do tego aspektu, używając terminu „środowisko” (Musher-Eizenman, Holub, 2007), inni natomiast określają to mianem „rodzicielskiej kontroli dostępności” (Yee i in., 2017). Ekspozycja stanowi naturalny mechanizm zapoznawania dziecka z nowym pokarmem. Powtarzalna ekspozycja zwiększa częstotliwość spożywania danej żywności przez dziecko, natomiast ograniczanie dostępności produktów niezdrowych istotnie redukuje ich konsumpcję (Toporowska-Kowalska, Funkowicz, 2015; Yee i in., 2017).

Warto zwrócić uwagę na zróżnicowany wpływ praktyk żywieniowych ojców i matek. Ojcowie w mniejszym stopniu niż matki monitorują spożycie pokarmów przez dzieci, lecz jednocześnie częściej wywierają presję podczas posiłków (Khandpur, 2016). Zarówno nadmierna kontrola, jak i ignorowanie sygnałów dziecka dotyczących jedzenia są niepożądanymi strategiami – pierwsza może ograniczać autonomię dziecka, a druga zaburzać jego zdolność do intuicyjnego jedzenia, czyli reagowania na wewnętrzne sygnały głodu i sytości. Ojcowie istotnie częściej niż matki spożywają posiłki z dziećmi poza domem, co wiąże się ze zwiększoną konsumpcją fast foodów oraz napojów słodzonych (Guerrero i in., 2016).

## METODOLOGICZNE ZAŁOŻENIA BADAŃ WŁASNYCH

Celem przeprowadzonych badań była próba określenia praktyk żywieniowych rodziców dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym, a także okre-

ślenie różnicy pomiędzy postawami żywieniowymi ojców i matek tych dzieci. Dlatego też prowadzone badania zmierzały do udzielenia odpowiedzi na następujące pytania badawcze: Jakie praktyki żywieniowe stosują rodzice dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym? Czy istnieją istotne różnice w praktykach żywieniowych pomiędzy matkami a ojcami?

Do zbadania postaw żywieniowych rodziców dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym użyto eksperymentalnej wersji Kompleksowego Kwestionariusza Praktyk Żywieniowych (Comprehensive Feeding Practices Questionnaire; CFPQ) autorstwa Musher-Eizenman i Holub (2007). Narzędzie to zostało pierwotnie oparte na Kwestionariuszu Żywienia Dzieci (Child Feeding Questionnaire, CFQ; Birch i in., 2001) i Kwestionariuszu Żywienia Przedszkolaka (Preschooler Feeding Questionnaire, PFQ; Baughcum i in., 2001). Do tych dwóch narzędzi zostały dodane przez autorki jeszcze inne wymiary zachowań rodziców związane z żywieniem dzieci:

- modelowanie – odzwierciedla aktywne prezentowanie przez rodziców pożądaných wzorców żywieniowych (np. spożywanie zdrowej żywności przy dziecku);
- środowisko – odnosi się do dostępności zdrowej żywności w domu (np. ograniczenie obecności niezdrowych przekąsek);
- promowanie równowagi i różnorodności – mierzy zachęcanie dziecka do jedzenia zróżnicowanych i zbilansowanych posiłków;
- nauczanie o żywieniu – obejmuje stosowanie bezpośrednich technik edukacyjnych w celu zwiększania wiedzy dziecka o zdrowym odżywianiu;
- zaangażowanie – mierzy stopień włączania dziecka w planowanie i przygotowywanie posiłków.

Dodanie tych kategorii miało na celu zwiększenie trafności treściowej narzędzia, a także umożliwienie uchwycenia bardziej pozytywnych, wspierających praktyk rodzicielskich, które wcześniej były marginalizowane na rzecz podejść kontrolujących (takich jak presja i restrykcja). Dzięki temu CFPQ stał się bardziej wszechstronnym narzędziem, lepiej odzwierciedlającym złożoność codziennych interakcji żywieniowych.

Ostateczna wersja kwestionariusza zawiera 12 wymiarów związanych z praktykami żywieniowymi rodziców dzieci. Są to:

- kontrola dziecka – pozwala na zbadanie, czy rodzice pozwalają dziecku kontrolować swoje zachowania żywieniowe, a także odnosi się do relacji rodzic–dziecko podczas spożywania posiłków;
- kontrola emocji – bada, czy rodzice używają jedzenia do regulowania stanów emocjonalnych dziecka;
- promowanie równowagi i różnorodności – pozwala stwierdzić, czy rodzice wspierają spożywanie przez dzieci dobrze zbilansowanych posiłków, w tym jedzenie różnorodnej i zdrowej żywności;

- środowisko – na podstawie tej podskali można stwierdzić, czy rodzice organizują najbliższe otoczenie domowe tak, aby zdrowa żywność w ich domu była udostępniana i eksponowana;
- jedzenie jako nagroda – pozwala stwierdzić, czy rodzice stosują jedzenie jako nagrodę za zachowanie dziecka;
- zaangażowanie – sprawdza, czy rodzice zachęcają dziecko do udziału w planowaniu i przygotowaniu wspólnych posiłków;
- modelowanie – rodzice aktywnie, własnym przykładem pokazują dziecku sposoby na zdrowe odżywianie się;
- monitorowanie – w jakim stopniu rodzice kontrolują spożywanie przez dziecko niezdrowego takiego jedzenia jak chipsy, słodczyce i inne przekąski;
- presja – bada, czy rodzice wywierają na dzieci nacisk, aby jadły więcej podczas posiłków;
- ograniczanie niezdrowej żywności – rodzice nadzorują ilość żywności spożywanej przez dziecko w celu ograniczenia ochoty dziecka na spożywanie mniej zdrowych pokarmów i słodczych;
- kontrola wagi – rodzice kontrolują spożywane przez dziecko jedzenie w celu zmniejszenia lub utrzymania wagi dziecka;
- nauczanie o żywieniu – pozwala stwierdzić, czy rodzice stosują bezpośrednie techniki dydaktyczne, by zachęcić dziecko do częstszego spożywania zdrowej żywności (Musher-Eizenman, Holub 2007).

Kompleksowy Kwestionariusz Praktyk Żywieniowych (Comprehensive Feeding Practices Questionnaire, CFPQ) jest narzędziem stosowanym i adaptowanym w różnych krajach i kulturach. Oryginalna walidacja została przeprowadzona na próbie amerykańskich rodziców dzieci w wieku 2–8 lat, potwierdzając trafność i rzetelność narzędzia (Musher-Eizenman, Holub, 2007). Jego struktura czynnikowa wykazuje pewną elastyczność w zależności od kontekstu kulturowego i wieku dzieci, jednak ogólna trafność i rzetelność pozostają na wysokim poziomie. Adaptacje w krajach – takich jak Norwegia (Melbye i in., 2013), Jordania (Alkhalidy i in., 2017), Brazylia (Carnell i in., 2016), Szwecja (Morris i in., 2023), Turcja (Ertan, Arslan, 2024) i Nowa Zelandia (Morison i in., 2016) – potwierdzają jego uniwersalność i przydatność w badaniach nad praktykami żywieniowymi rodziców.

W celu zastosowania narzędzia CFPQ w warunkach polskich przeprowadzono jego wstępną adaptację językową i kulturową. Uzyskano zgodę auterek oryginalnej wersji kwestionariusza na jego tłumaczenie oraz wykorzystanie do celów naukowych. Proces adaptacji obejmował tłumaczenie narzędzia z języka angielskiego na język polski, które zostało wykonane przez dwóch niezależnych tłumaczy specjalizujących się w terminologii psychologicznej i pedagogicznej. Następnie dokonano porównania wersji tłumaczonych i opracowano konsensus. W kolejnym etapie przeprowadzono wsteczne tłumaczenie (*back-translation*) na język angielski, które zostało poddane ocenie pod kątem zgodności merytorycznej z wersją oryginalną.



Dodatkowo, w celu zapewnienia trafności treściowej oraz zrozumiałości pytań, przeprowadzono pilotażowe badanie wśród 10 rodziców dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym. Uczestnicy oceniali jasność i adekwatność poszczególnych pozycji. W efekcie wprowadzono drobne modyfikacje językowe, dostosowujące treść pozycji do realiów kulturowych i językowych respondentów. Ostateczna wersja eksperymentalna została uznana za zrozumiałą i adekwatną do wykorzystania w badaniach eksploracyjnych.

Badanie zostało przeprowadzone on-line z wykorzystaniem narzędzia Google Forms pośród ojców i matek dzieci uczęszczających do przedszkola i klas I–III szkoły podstawowej, zamieszkujących na terenie miasta Lublin i w podlubelskich miejscowościach. W badaniach wzięło udział 178 osób, w tym 141 matek (79,2% grupy) i 37 ojców (20,8%). Rodzice byli w przedziale wiekowym 23–47 lat. Wykształcenie wyższe posiadało 130 osób (73% badanej grupy), średnie – 42 osoby (23,6% badanych), zasadnicze zawodowe – 6 osób (3,4%). Ponad połowa dzieci badanych rodziców uczęszczała do przedszkola (98 osób – 55%), a do klas I–III – 80 dzieci (45%). W analizie wyników zastosowano techniki statystyczne dostosowane do charakteru zmiennych oraz celu badania. Przeprowadzono analizę statystyczną obejmującą: średnią arytmetyczną, odchylenie standardowe, minimum, maksimum, skośność i kurtozę dla zmiennych dotyczących praktyk żywieniowych oraz deklarowanych zachowań żywieniowych dzieci (np. „Moje dziecko je wystarczająco dużo”, „Moje dziecko próbuje nowych rodzajów pożywienia”). W celu porównania wyników pomiędzy matkami a ojcami wykorzystano nieparametryczny test U Manna–Whitneya, odpowiedni dla prób niezależnych oraz danych niespełniających założeń rozkładu normalnego.

## WYNIKI BADAŃ WŁASNYCH

Uzyskane wyniki badań w poszczególnych podskalach zaprezentowano w tabeli 1. Badania wykazały, że rodzice posiadają świadomość istoty prawidłowego żywienia i nabywania zdrowych nawyków żywieniowych przez ich dzieci. Osiągnięcie wysokich wyników przez badanych w skalach „nauczanie o żywieniu” (11,39), „promowanie równowagi i różnorodności” (17,63) świadczy o tym, że rodzice wiedzą, jak duże znaczenie ma edukacja w zakresie zdrowego odżywiania ich dzieci.

Rodzice starają się kontrolować spożycie niezdrowej żywności przez dzieci, takiej jak słodczyce, przekąski czy napoje słodzone, o czym świadczą uzyskane wyniki w skalach „monitorowanie” (16,63), a także „ograniczanie niezdrowej żywności” (13,92). Są oni również świadomi potrzeby kontroli ogólnego spożycia żywności przez dzieci (14,80), uznając, że bez nadzoru dzieci spożywałyby większe ilości produktów niezalecanych, takich jak słodczyce czy fast foody. W mniejszym stopniu natomiast rodzice badanych dzieci kontrolują celowo masę ciała

Tabela 1. Wymiary praktyk żywieniowych rodziców

Wymiar postawy	<i>N</i>	Min	Max	<i>M</i>	<i>SD</i>
Kontrola dziecka	178	7	22	14,80	2,853
Kontrola emocji	178	3	10	4,85	1,845
Promowanie równowagi i różnorodności	178	10	20	17,63	2,091
Środowisko	178	8	20	15,53	2,731
Jedzenie jako nagroda	178	3	15	6,58	3,036
Zaangażowanie	178	3	15	11,15	2,644
Modelowanie	178	4	20	14,72	3,446
Monitorowanie	178	7	20	16,63	2,834
Presja	178	4	20	9,69	3,763
Ograniczenie niezdrowej żywności	178	4	20	13,92	3,366
Kontrola wagi	178	8	33	18,51	6,129
Nauczanie o żywieniu	178	6	15	11,39	2,334

Źródło: opracowanie własne.

swoich dzieci (18,51). Badani wykazują także świadomość znaczenia modelowania pożądaných i zdrowych nawyków żywieniowych (14,27), a ponadto podejmują działania mające na celu odpowiednie zorganizowanie otoczenia dzieci – tak, aby ekspozycja na żywność niezdrową była ograniczona, a żywność zdrowa była lepiej dostępna (środowisko – 15,53). Rodzice zdają sobie także sprawę, że skutecznym rozwiązaniem jest unikanie zakupu produktów niezdrowych oraz prezentowanie wzorców żywieniowych własnym przykładem – poprzez spożywanie pełnowartościowych posiłków. Wysoki wynik w podskali „zaangażowanie” (11,15) potwierdza, że rodzice starają się włączać dzieci w proces planowania i przygotowywania posiłków. Etap ten ma kluczowe znaczenie dla kształtowania preferencji smakowych dzieci, jednak często jest pomijany w codziennym życiu rodzinnym. Wspólne planowanie i przygotowywanie posiłków sprzyja ekspozycji na różne produkty oraz ich „doświadczeniu” poprzez zmysły, co pozytywnie wpływa na przyzwyczajanie dzieci do różnorodnych zapachów, kolorów i smaków. Badani rodzice są świadomi, że nie należy wykorzystywać żywności – tj. jedzenia, napojów, ulubionych dań czy przekąsek – jako formy nagrody lub kary w celu osłabienia bądź wzmocnienia określonego zachowania dziecka („jedzenie jako nagroda” – 6,58), szczególnie w sytuacjach związanych z emocjonalnym wzburzeniem dziecka (4,85). Zdarza się jednak, że rodzice zmuszają dzieci do spożywania posiłków, gdy uznają, że ilość zjedzonego jedzenia była – ich zdaniem – niewystarczająca (9,69).



## RÓŻNICE W POSTAWACH ŻYWIENIOWYCH MATEK I OJCÓW

W przeprowadzonych badaniach udział wzięło 141 matek oraz 37 ojców. Uzyskane wyniki wskazują na istnienie statystycznie istotnych różnic pomiędzy nimi w niektórych wymiarach praktyk żywieniowych. Różnice te wystąpiły w podskalach: „promowanie równowagi i różnorodności” (K – 96,38; M – 63,28;  $p = 0,000$ ), „środowisko” (K – 94,64; M – 69,91;  $p = 0,009$ ), „jedzenie jako nagroda” (K – 85,58; M – 104,45;  $p = 0,046$ ), „zaangażowanie” (K – 99,53; M – 51,28;  $p = 0,000$ ), „modelowanie” (K – 97,24; M – 60,01;  $p = 0,000$ ), „monitorowanie” (K – 97,77; M – 58,00;  $p = 0,000$ ), „presja” (K – 82,13; M – 117,57;  $p = 0,000$ ) oraz „nauczanie o żywieniu” (K – 95,01; M – 68,50;  $p = 0,005$ ).

Tabela 2. Różnice w postawach żywieniowych matek i ojców

Wymiary	Płeć	N	Średnia ranga	Z	p
Kontrola dziecka	K	141	88,63	-0.444	0.657
	M	37	92,82	–	–
Kontrola emocji	K	141	86,53	-1.539	0.124
	M	37	100,82	–	–
Promowanie równowagi i różnorodności	K	141	96,38	-3.530	0.000***
	M	37	63,28	–	–
Środowisko	K	141	94,64	-2.619	0.009**
	M	37	69,91	–	–
Jedzenie jako nagroda	K	141	85,58	-1.999	0.046*
	M	37	104,45	–	–
Zaangażowanie	K	141	99,53	-5.104	0.000***
	M	37	51,28	–	–
Modelowanie	K	141	97,24	-3.929	0.000***
	M	37	60,01	–	–
Monitorowanie	K	141	97,77	-4.228	0.000***
	M	37	58,00	–	–
Presja	K	141	82,13	-3.736	0.000***
	M	37	117,57	–	–
Ograniczanie niezdrowej żywności	K	141	88,28	-0.620	0.535
	M	37	94,15	–	–
Kontrola wagi	K	141	90,42	-0.467	0.641
	M	37	85,99	–	–
Nauczanie o żywieniu	K	141	95,01	-2.810	0.005**
	M	37	68,50	–	–

\*\*\* $p < 0,001$ ; \*\* $p < 0,01$ ; \* $p < 0,05$

Źródło: opracowanie własne.

Osiągnięcie przez kobiety wyższych wyników w wymiarach „promowanie równowagi i różnorodności”, „zaangażowanie”, „nauczanie o żywieniu” oraz „środowisko” świadczy o ich większym zaangażowaniu w proces żywienia dzieci w porównaniu z mężczyznami. Matki już od etapu planowania diety włączają dzieci w ten proces, prawdopodobnie biorąc pod uwagę fakt, że wiele dzieci w tym wieku posiada określone preferencje smakowe, pod które często dostosowywane są posiłki całej rodziny. Uzyskane wyniki sugerują, że to kobiety częściej odpowiadają za planowanie i przygotowywanie posiłków, co może wynikać z utrwalaonych społecznie i kulturowo ról przypisywanych kobietom w rodzinie. Ojcowie, podejmując się planowania lub organizacji posiłków, rzadziej angażują dzieci w te działania, a także przykładają mniejszą wagę do różnorodności żywieniowej oraz edukacji w zakresie zasad zdrowego odżywiania i jego wpływu na zdrowie oraz codzienne funkcjonowanie. Matki natomiast częściej niż ojcowie monitorują to, co dzieci spożywają w ciągu dnia, a także modelują pożądane nawyki żywieniowe poprzez własny przykład. Jedynymi wymiarami, w których ojcowie osiągnęli wyższe wyniki, są „jedzenie jako nagroda” oraz „presja”. Może to świadczyć o tym, że częściej wykorzystują oni ulubione potrawy lub przekąski dzieci jako formę nagrody za pożądane zachowanie. Znacznie wyższy wynik w skali „presja” wskazuje, że ojcowie – w sytuacjach, gdy dziecko odmawia jedzenia lub nie chce spożyć oczekiwanej ilości posiłku – częściej stosują różne formy nacisku. Zarówno stosowanie jedzenia jako nagrody, jak i wywieranie presji w trakcie posiłków to tzw. droga na skróty, która może przynieść krótkoterminowe rezultaty, jednak w dłuższej perspektywie prowadzi do negatywnych konsekwencji, takich jak zniechęcenie dziecka do spożywania zdrowych produktów, tworzenie nieprzyjemnej atmosfery przy stole czy utrwalanie nieprawidłowych wzorców żywieniowych.

Osiągnięte wyniki badań oraz wyraźnie wyższy poziom zaangażowania matek w porównaniu z ojcami w proces żywienia dzieci są niewątpliwie uwarunkowane społecznie i kulturowo. Kobiety, spędzając z dziećmi więcej czasu, a także karmiąc noworodki i niemowlęta, naturalnie przejmują odpowiedzialność za rozszerzanie diety dziecka, kierując się przy tym posiadaną wiedzą. Dodatkowo wyniki badań innych autorów (np. Patrick, Nicklas, 2005; Haycraft, Blissett, 2008) wskazują, że matki są silnie zaangażowane emocjonalnie w proces żywienia swoich dzieci, a wielkość porcji oferowanego jedzenia jest często uzależniona od tego, czy dziecko je chętnie, czy też uchodzi za tzw. niejadka. Ta ostatnia sytuacja bywa dla wielu matek źródłem obciążenia emocjonalnego. Doświadczają one niepokoju, frustracji czy smutku, gdy dziecko odmawia jedzenia. Wiele z nich deklaruje, że dopiero świadomość, iż dziecko zjadło odpowiednią porcję i jest najedzone, przynosi im ulgę oraz poczucie psychicznego odprężenia.

## WNIOSKI KOŃCOWE

Najnowsze międzynarodowe badania wskazują, że praktyki żywieniowe rodziców oraz ich wpływ na dzieci pozostają tematem intensywnych analiz w różnych kontekstach kulturowych. W ostatnich latach przeprowadzono liczne walidacje i adaptacje narzędzia CFPQ, m.in. w Portugalii (Santos, 2023), Szwecji (Moris i in., 2023), Turcji (Erten, Arslan, 2024), Norwegii (Melbye i in., 2013), a także w Chile, gdzie opracowano wersję CFPQ dla rodziców nastolatków (CFPQ-Teen) (Del Valle i in., 2024). Wyniki tych badań wykazały potrzebę modyfikacji oryginalnej struktury czynnikowej, co podkreśla znaczenie dostosowania narzędzi pomiarowych do lokalnych uwarunkowań kulturowych i językowych. Równoległe prowadzone badania (Dubois i in., 2013) wskazują na złożoność czynników kształtujących nawyki żywieniowe dzieci. Oprócz wpływu rodziców istotną rolę odgrywają predyspozycje biologiczne, środowisko domowe, ekspozycja medialna oraz wsparcie instytucjonalne (np. szkoły). W szczególności zwraca się uwagę na rolę presji, stosowania żywności jako nagrody, a także modelowania oraz regulacji emocji przez jedzenie jako praktyk, które mogą mieć zarówno krótkotrwałe efekty behawioralne, jak i długofalowe konsekwencje zdrowotne. Ujęcie tych aspektów w ramach przyszłych badań z wykorzystaniem polskiej wersji Kwestionariusza Praktyk Żywieniowych (CFPQ) może znacząco poszerzyć wiedzę na temat kulturowych determinant postaw żywieniowych rodziców i ich wpływu na rozwój dzieci, a także zwiększyć trafność i użyteczność narzędzia w kontekście lokalnym.

Syntetyzując uzyskane wyniki, należy zaznaczyć ich eksploracyjny i rozpoznawczy charakter, wynikający z faktu, że prace nad polską adaptacją kulturową Kompleksowego Kwestionariusza Praktyk Żywieniowych (CFPQ) wciąż trwają. Choć badanie nie uprawnia do formułowania jednoznacznych wniosków, jego wartość polega na uzupełnieniu luki w krajowym dorobku empirycznym dotyczącym postaw żywieniowych rodziców i ich wpływu na kształtowanie zachowań dzieci. Wyniki pokazują, że badani rodzice w większości przejawiają postawy sprzyjające zdrowemu rozwojowi dzieci: kontrolują jakość i ilość spożywanego pokarmu, modelują właściwe nawyki żywieniowe, organizują środowisko domowe w sposób ograniczający dostęp do niezdrowych produktów, unikają stosowania jedzenia jako nagrody, zwłaszcza w sytuacjach silnych emocji u dzieci, oraz podejmują działania edukacyjne w zakresie zdrowego odżywiania. Świadczy to o wysokim poziomie świadomości znaczenia żywienia dla dobrostanu dziecka. Jednocześnie istotnym elementem wymagającym pogłębionej refleksji pozostaje stosunkowo wysoki poziom presji żywieniowej. Choć intencje rodziców mogą być pozytywne (np. troska o odpowiednią ilość pożywienia), nadmierna presja może prowadzić do zaburzeń w zakresie autoregulacji jedzenia u dziecka, osłabienia zdolności do rozpoznawania sygnałów głodu i sytości, a także do powstania negatywnych emocji związanych z jedzeniem.

Istotne różnice pomiędzy matkami a ojcami wskazują na utrzymujące się schematy kulturowe i społeczne w zakresie opieki nad dzieckiem i kształtowania jego nawyków żywieniowych. Matki wykazują większe zaangażowanie w niemal wszystkich „pozytywnych” aspektach praktyk żywieniowych – częściej modelują pożądane zachowania, uczą dzieci, angażują je w przygotowywanie posiłków, promują różnorodność i kontrolują środowisko żywieniowe. Taki rozkład obowiązków może nie tylko potwierdzać tradycyjny podział ról, ale również zwiększać psychiczne i emocjonalne obciążenie kobiet w kontekście troski o zdrowie dziecka. Z kolei wyższe wyniki ojców w skalach „jedzenie jako nagroda” i „prezja” mogą wskazywać na stosowanie strategii opartych na doraźnym zarządzaniu zachowaniem dziecka, co może mieć negatywne konsekwencje w długofalowej perspektywie, takie jak wybiórczość pokarmowa, uzależnienie jedzenia od kontekstu emocjonalnego lub nagradzającego oraz zaburzenia relacji z jedzeniem. Wyniki sugerują również potrzebę rozwijania świadomości wśród ojców, zwłaszcza w zakresie alternatywnych, pozytywnych strategii wspierania prawidłowego odżywiania dzieci.

Na uwagę zasługuje również kontekst emocjonalny żywienia – szczególnie istotny w przypadku matek. Wyniki wcześniejszych badań (np. Patrick, Nicklas, 2005; Haycraft, Blissett, 2008) wskazują, że odczucia emocjonalne rodziców, takie jak lęk, frustracja czy poczucie winy, są istotnymi determinantami zachowań żywieniowych. Własna emocjonalna reakcja na jedzenie dziecka – np. ulga, gdy dziecko „w końcu coś zje” – może nieświadomie kształtować strategię żywieniową, nie zawsze sprzyjającą rozwojowi samoregulacji u dziecka.

Z perspektywy metodologicznej badanie potwierdziło potencjalną przydatność Kwestionariusza Praktyk Żywieniowych (CFPQ) w analizie praktyk żywieniowych polskich rodziców. Zastosowane narzędzie wykazało przydatność w różnieniu praktyk żywieniowych matek i ojców. Konieczne jest jednak dalsze badanie jego właściwości psychometrycznych na większych, bardziej zróżnicowanych próbach – szczególnie z uwzględnieniem równowagi płci, poziomu wykształcenia oraz statusu społeczno-ekonomicznego. Wyniki niniejszego badania mogą stanowić podstawę do projektowania interwencji profilaktycznych i edukacyjnych – zarówno dla rodziców, jak i specjalistów (psychologów, pedagogów, terapeutów SI, nauczycieli). Wczesne kształtowanie zdrowych relacji z jedzeniem, opartych na edukacji, samoregulacji i pozytywnym modelowaniu, może stanowić skuteczną strategię zapobiegania zaburzeniom odżywiania oraz wspierania dobrostanu psychofizycznego dzieci.

## OGRANICZENIA BADANIA

Pomimo wartości poznawczej i diagnostycznej uzyskanych wyników niniejsze badanie obarczone jest kilkoma istotnymi ograniczeniami, które należy

uwzględnić przy ich interpretacji. Przede wszystkim zastosowana w badaniu wersja Kwestionariusza Praktyk Żywniowych (Comprehensive Feeding Practices Questionnaire, CFPQ) miała charakter eksperymentalny, co oznacza, że prace nad pełną, standaryzowaną adaptacją kulturową narzędzia na grunt polski nadal trwają. W związku z tym nie można jeszcze jednoznacznie potwierdzić jego pełnej trafności i rzetelności psychometrycznej w polskim kontekście. Kolejnym ograniczeniem jest nierównomierna struktura próby badawczej – w badaniu wzięło udział zdecydowanie więcej matek niż ojców, co ogranicza możliwość generalizacji wyników na całą populację rodziców oraz utrudnia pełną analizę różnic płciowych w zakresie stosowanych praktyk żywieniowych. Niewielka liczba ojców w próbie nie pozwala również na wyciąganie daleko idących wniosków dotyczących ich postaw i zachowań. Ograniczeniem jest również jednorodność próby pod względem poziomu wykształcenia i statusu społeczno-ekonomicznego, co może wpływać na wyniki i ograniczać ich możliwość uogólnienia na bardziej zróżnicowaną populację rodziców. Ponadto samoopisowy charakter badania niesie ze sobą ryzyko wystąpienia efektu społecznej aprobaty – badani rodzice mogli odpowiadać w sposób zgodny z oczekiwaniami społecznymi, a niekoniecznie odzwierciedlający ich rzeczywiste zachowania. Wreszcie, badanie miało charakter przekrojowy, co uniemożliwia analizę kierunku zależności przyczynowo-skutkowych między praktykami żywieniowymi rodziców a zachowaniami dzieci. Aby lepiej zrozumieć dynamikę tych relacji, konieczne są badania podłużne oraz triangulacja metod – np. poprzez połączenie samoopisu z obserwacją naturalistyczną lub oceną zachowań dzieci. Z powyższych względów uzyskane wyniki należy traktować jako wstępne i eksploracyjne, stanowiące punkt wyjścia do dalszych badań nad postawami żywieniowymi rodziców w Polsce i validacją narzędzi służących do ich pomiaru.

## BIBLIOGRAFIA

- Alkhalidy, H., Schmiege, S.J., Winett, R.A. (2017). Psychometric Properties of Arabic Version of the Comprehensive Feeding Practices Questionnaire. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(1), 23. DOI: 10.1186/s12966-017-0478-y.
- Al-Qerem, W.A., Ling, J., Albawab, A.Q.F. (2017). Validation of the Comprehensive Feeding Practice Questionnaire among School-Aged Children in Jordan: A Factor Analysis Study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(1), 23. DOI: 10.1186/s12966-017-0478-y.
- Baughcum, A.E., Powers, S.W., Johnson, S.B., Chamberlin, L.A., Deeks, C.M., Jain, A., Whitaker, R. C. (2001). Maternal Feeding Practices and Beliefs and Their Relationships to Overweight in Early Childhood. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 22(6), 391–408. DOI: 10.1097/00004703-200112000-00007.
- Birch, L.L., Fisher, J.O., Davison, K.K. (2003). Learning to Overeat: Maternal Use of Restrictive Feeding Practices Promotes Girls' Eating in the Absence of Hunger. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 78(2), 215–220. DOI: 10.1093/ajcn/78.2.215.

- Birch, L.L., Fisher, J.O., Grimm-Thomas, K., Markey, C.N., Sawyer, R., Johnson, S.L. (2001). Confirmatory Factor Analysis of the Child Feeding Questionnaire: A Measure of Parental Attitudes, Beliefs and Practices about Child Feeding and Obesity Proneness. *Appetite*, 36(3), 201–210. DOI: 10.1006/appe.2001.0398.
- Carnell, S., Benson, L., Driggin, E., Kolbe, L. (2014). Parent Feeding Behavior and Child Appetite: Associations Depend on Feeding Style. *International Journal of Eating Disorders*, 47(7), 705–709. DOI: 10.1002/eat.22324.
- Costa, A., Oliveira, A. (2023). Parental Feeding Practices and Children's Eating Behaviours: An Overview of Their Complex Relationship. *Healthcare*, 11(3), 456. DOI: 10.3390/healthcare11030400.
- Del Valle, C., Miranda, H., Orellana, L., Grunert, K.G., Adasme-Berrios, C., Schnettler, B. (2024). Children's Perception of Food Parenting Practices: Adaptation and Validation of the Comprehensive Feeding Practices Questionnaire in Chilean Adolescents. *Frontiers in Public Health*, 12, 1343623. DOI: 10.3389/fpubh.2024.1343623.
- Dubois, L., Diasparra, M., Bédard, B., Gordon-Strachan, G., Girard, M., Porcherie, M., Tremblay, R. E., Pérusse, D. (2013). Genetic and Environmental Influences on Eating Behaviors in 2.5- and 9-year-Old Children: A Longitudinal Twin Study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10, 134. DOI: 10.1186/1479-5868-10-134.
- Ellis, J.M., Galloway, A.T., Webb, R.M., Martz, D.M., Farrow, C.V. (2016). Recollections of Pressure to Eat During Childhood, But Not Picky Eating, Predict Young Adult Eating Behavior. *Appetite*, 97, 58–63. DOI: 10.1016/j.appet.2015.11.020.
- Erten, E., Arslan, R. (2024). Investigation of the Psychometric Properties of the Comprehensive Feeding Practices Questionnaire in Turkish Parents. *Public Health Nutrition*, 27(2), 354–363. DOI: 10.1017/S1368980024001125.
- Guerrero, A.D., Chu, L., Franke, T., Kuo, A.A. (2016). Father Involvement in Feeding Interactions with Their Young Children. *American Journal of Health Behavior*, 40(2), 221–230. DOI: 10.5993/AJHB.40.2.7.
- Haszard, J.J., Skidmore, P.M.L., Williams, S.M., Taylor, R.W. (2014). Associations Between Parental Feeding Practices, Problem Food Behaviours and Dietary Intake in New Zealand Overweight Children Aged 4–8 Years. *Public Health Nutrition*, 18(6), 1036–1043. DOI: 10.1017/S1368980014001256.
- Haycraft, E.L., Blissett, J.M. (2008). Maternal and Paternal Controlling Feeding Practices: Reliability and Relationships with BMI. *Obesity*, 16(7), 1552–1558. DOI: 10.1038/oby.2008.238.
- Jansen, P.W., Roza, S.J., Jaddoe, V.W.V., Mackenbach, J.D., Raat, H. (2012). Children's Eating Behavior, Feeding Practices of Parents and Weight Problems in Early Childhood: Results from the Population-Based Generation R Study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9, 130. DOI: 10.1186/1479-5868-9-130.
- Khandpur, N. (2016). *Creating healthy nutrition environments* [Doctoral dissertation, Harvard T.H. Chan School of Public Health]. Harvard University DASH Repository. <http://nrs.harvard.edu/urn-3:HUL.InstRepos:27201723>.
- Kocken, P.L. i in. (2012). Cross-cultural Validation of a Feeding Practices Questionnaire among Parents of Children Aged 3–6 Years in a French Context. *Appetite*, 58(2), 679–686. DOI: 10.1016/j.appet.2011.12.009.
- Mais, L.A., Warkentin, S., Latorre, M.R.D.O., Taddei, J.A.A.C. (2015). Validation of the Comprehensive Feeding Practices Questionnaire among Brazilian Families of School-Aged Children. *Frontiers in Nutrition*, 2, 35. DOI: 10.3389/fnut.2015.00035.
- Melbye, E.L., Øgaard, T., Øverby, N.C. (2011). Validation of the Comprehensive Feeding Practices Questionnaire with Parents of 10-to-12-Year-Olds. *BMC Medical Research Methodology*, 11, 113. DOI: 10.1186/1471-2288-11-113.



- Melbye, E.L., Øgaard, T., Øverby, N.C. (2013). Associations Between Parental Feeding Practices and Child Vegetable Consumption: Mediation by Child Cognitions? *Appetite*, 69, 23–30. DOI: 10.1016/j.appet.2013.05.005.
- Morison, B.J., Taylor, R.W., Haszard, J.J., Schramm, C.J., Heath, A.-L.M. (2016). How Different Are Baby-Led Weaning and Conventional Complementary Feeding? A Cross-Sectional Study of Infants Aged 6–8 Months. *BMJ Open*, 6(5), e010665. DOI: 10.1136/bmjopen-2015-010665.
- Morris, Z., Norman, Å., Schäfer Elinder, L., Patterson, E., Warnqvist, A., Raposo, S., Sidney Annerstedt, K. (2023). Validation of the Comprehensive Feeding Practices Questionnaire among Parents of 5- to 7-Year-Old Children in Sweden. *Frontiers in Psychology*, 14, 1205427. DOI: 10.3389/fpsyg.2023.1205427.
- Musher-Eizenman, D.R., Holub, S.C. (2007). Comprehensive Feeding Practices Questionnaire: Validation of a New Measure of Parental Feeding Practices. *Journal of Pediatric Psychology*, 32(8), 960–972. DOI: 10.1093/jpepsy/jsm037.
- Neumark-Sztainer, D., Eisenberg, M.E., Fulkerson, J.A., Story, M., Larson, N.I. (2008). Family Meals and Disordered Eating in Adolescents: Longitudinal Findings from Project EAT. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 162(1), 17–22. DOI: 10.1001/archpediatrics.2007.9.
- Patel, M.D., Donovan, S.M., Lee, S.-Y. (2020). Considering Nature and Nurture in the Etiology and Prevention of Picky Eating: A Narrative Review. *Nutrients*, 12(11), 3456. DOI: 10.3390/nu12113409.
- Patrick, H., Nicklas, T.A. (2005). A Review of Family and Social Determinants of Children's Eating Patterns and Diet Quality. *Journal of the American College of Nutrition*, 24(2), 83–92. DOI: 10.1080/07315724.2005.10719448.
- Philippe, K., Chabanet, C., Issanchou, S., Monnery-Patris, S. (2021). Are Food Parenting Practices Gendered? Impact of Mothers' and Fathers' Practices on Their Child's Eating Behaviors. *Appetite*, 166, 105433. DOI: 10.1016/j.appet.2021.105433.
- Qiu, C., Hatton, R., Li, Q., Xv, J., Li, J., Tian, J., Yuan, S., Hou, M. (2023). Associations of Parental Feeding Practices with Children's Eating Behaviors and Food Preferences: A Chinese Cross-Sectional Study. *BMC Pediatrics*, 23, 84. DOI: 10.1186/s12887-023-03848-y.
- Santos, A.F., Fernandes, M., Fernandes, C., Barros, L., Verissimo, M. (2023). Validation of the Comprehensive Feeding Practices Questionnaire (CFPQ) with Portuguese Caregivers of 2-to-8-Year-Olds. *Children*, 10(12), 1924. DOI: 10.3390/children10121924.
- Scaglioni, S., De Cosmi, V., Ciappolino, V., Parazzini, F., Brambilla, P., Agostoni, C. (2018). Factors Influencing Children's Eating Behaviours. *Nutrients*, 10(6), 706. DOI: 10.3390/nu10060706.
- Steinsbekk, S., Belsky, J., Wichstrøm, L. (2016). Parental Feeding and Child Eating: An Investigation of Reciprocal Effects. *Child Development*, 87(5), 1538–1549. DOI: 10.1111/cdev.12546.
- Toporowska-Kowalska, E., Funkowicz, M. (2015). Kształtowanie preferencji smakowych we wczesnym okresie życia [Food preferences programming in early life]. *Standardy Medyczne. Pediatria*, 12(5), 689–697.
- Vaughn, A.E., Ward, D.S., Fisher, J.O., Faith, M.S., Hughes, S.O., Kremers, S.P., Power, T.G. (2016). Fundamental Constructs in Food Parenting Practices: A Content Map to Guide Future Research. *Nutrition Reviews*, 74(2), 98–117. DOI: 10.1093/nutrit/nuv061.
- Wojciechowska, J. (2017). Środowiskowe uwarunkowania rozwoju nawyków jedzeniowych dzieci. W: E. Łodygowska, E. Pieńkowska (red.), *Psychologia wieku rozwojowego. Norma – nietypowość – patologia* (s. 121–140). Szczecin: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego.
- Yee, A.Z.H., Lwin, M.O., Ho, S.S. (2017). The Influence of Parental Practices on Child Promotive and Preventive Food Consumption Behaviors: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14, 47. DOI: 10.1186/s12966-017-0501-3.

## ABSTRACT

The aim of the article was to identify parental feeding practices among parents of preschool and early school-aged children and to examine gender differences in these practices. The study had an exploratory character and was conducted using an experimental version of the Polish adaptation of the Comprehensive Feeding Practices Questionnaire (CFPQ). A total of 178 parents participated in the study, including 141 mothers and 37 fathers, whose children attended kindergartens or grades 1–3 of primary school. The diagnostic survey method was applied, using an online questionnaire. The results revealed that parents generally presented appropriate feeding practices, including modeling healthy behaviors, monitoring unhealthy food intake, and engaging in nutrition education. Statistically significant gender differences were observed – mothers were more involved in positive feeding strategies, whereas fathers were more likely to apply pressure and use food as a reward. The study highlighted the need for further validation of the tool and for more in-depth research on the cultural context of parental feeding practices in Poland.

**Keywords:** parental feeding practices; CFPQ; child nutrition; Comprehensive Feeding Practices Questionnaire