

### تمهيد:

لا يمكن لأهداف الصحة العامة أن تتحقق في أي مجتمع دون المشاركة الإيجابية من الأفراد ، و لكي تتحقق تلك المشاركة من جانب الأفراد هناك مسؤوليات و مهام تقع على عاتق العاملين في مجال الصحة العامة لكي تدفع الأفراد و تحثهم على القيام بمسئولياتهم تجاه صحتهم ، و يتم ذلك عن طريق الثقافة الصحية . و على ذلك تعد الثقافة الصحية من أهم مجالات الصحة العامة الحديثة و تعتبر جزءاً أساسياً لأي برنامج للصحة العامة ، و لم تعد الثقافة الصحية عملية ارتجالية ، بل أصبحت عملية فنية لها أسسها و مبادئها التربوية.

### أولاً : أهمية و أهداف التثقيف الصحي

#### أسباب تطور مفهوم الثقافة الصحية :

حدث تطور في فلسفة المجتمعات ، فبعد أن كانت الثقافة الصحية تقوم على أساس تزويد الأفراد بالمعلومات و الحقائق الصحية ، أصبحت الآن تعتمد على إتباع أساليب حديثة في تعديل و تغيير اتجاهات و سلوك الأفراد نحو الصحة.

1- استقادت الثقافة الصحية من جميع العلوم الإنسانية التي تعنتي بدراسة السلوك الإنساني من حيث طبيعة و طرق و أساليب تعديله أو تغييره ، و ذلك لصالح الثقافة الصحية .<sup>1</sup>

2- التطور المستمر في طرق و أساليب الثقافة الصحية التي تسعى إلى مخاطبة كل فئات الشعب ، و بالإضافة إلى استخدام وسائل الإعلام المختلفة المرئية و المسموعة والمقروءة اتجهت الثقافة الصحية إلى وسائل جديدة مثل طرق تنظيم المجتمع .

**1 أهداف الثقافة الصحية : 1- العمل على تغيير مفاهيم الأفراد فيما يتعلق بالصحة و المرض و محاولة أن تكون الصحة هدفاً لكل منهم ، و يتوقف تحقيق ذلك على عدة عوامل من بينها النظم الاجتماعية القائمة ، و كذلك على مستوى التعليم في هذا المجتمع ، كما تتوقف على الحالة الاقتصادية و على مدى ارتباط الأفراد بوطنهم و حبهم له ، و يتضح**

<sup>1</sup> Donatelle, R. (2009).

## الفصل الثالث الثقافة الصحية

ذلك من خلال مساعدتهم للقائمين على برامج الصحة العامة في المجتمع و محاولة التعاون فيما يخططون له من برامج لصالح خدمة صحة المجتمع .

2- العمل على تغيير اتجاهات و سلوك و عادات الأفراد لتحسين مستوى صحة الفرد والأسرة و المجتمع بشكل عام ، و خاصة فيما يتعلق بصحة الأم الحامل و المرضع و صحة الطفل ، و صحة المنزل و العناية بالتغذية السليمة ، و طرق التصرف في حالات الإصابات البسيطة ، و في حالة المرض و جميع الأعمال التي يشارك فيها كل أب و أم بطريقة إيجابية من أجل رفع المستوى الصحي في المجتمع .

3- العمل على تنمية و إنجاح المشروعات الصحية في المجتمع ، و ذلك عن طريق تعاون الأفراد مع المسؤولين و تفهمهم للأهداف التي من أجلها تم إنشاء و تجهيز تلك المشروعات ، و يتضح ذلك من خلال محافظتهم عليها و الاستفادة منها في العلاج ، و اقتراح ما يجدونه مناسباً لتحسين أداء تلك المشروعات<sup>1</sup> .

4- العمل على نشر الوعي الصحي بين أفراد المجتمع و الذي بدوره سوف يساعد على تفهيمهم للمسئوليات الملقاة عليهم نحو الاهتمام بصحتهم و صحة غيرهم من المواطنين

2. أهمية التثقيف الصحي: التثقيف الصحي يعني تقديم المعلومات و البيانات و الحقائق الصحية التي ترتبط بالصحة و المرض لكافة المواطنين . و قد يبدو للبعض أن التثقيف الصحي يعني شيئاً من فرض الأمر على الناس متناسين أن الهدف الأساسي منه هو الإرشاد و التوجيه ، والهدف منه هو الوصول إلى الوضع الذي يصبح فيه كل فرد على استعداد نفسياً و عاطفياً لأن يتجاوب مع الإرشادات الصحية.<sup>2</sup>

### ثانياً:مجالات التثقيف الصحي

أ برامج التربية الصحية النظامية (ومنها برامج الصحة المدرسية): شهدت العقود الماضية تطوراً هائلاً وسريعاً في المجالات الطبية المختلفة بشقيها الوقائي والعلاجي ،

<sup>1</sup> Joint Committee on Terminology. *American Journal of Health Education*.

<sup>2</sup> World Health Organization. (1998).

## الفصل الثالث الثقافة الصحية

مما أسفر عن تحسن الأوضاع الصحية بصورة عامة وخاصة في الدولة المتقدمة. وبرغم هذه التطورات الايجابية فما زالت دول العالم الثالث تعاني من العديد من المشكلات الصحية مثل أمراض سوء التغذية والأمراض المتوطنة ، كما تعاني من ارتفاع معدل الإصابة بالأمراض المعدية وارتفاع معدل الوفيات وخاصة بين الأطفال الرضع وكذلك انخفاض متوسط العمر . ويعزى تدني المستوى الصحي بالدول النامية إلى عوامل عدة منها ضعف الإمكانيات البشرية والصحية ، وكذلك ضعف الوعي الصحي وانتشار العادات الصحية السيئة وعدم إقبال الجمهور على الاستفادة من الخدمات الصحية الموجودة. وتوسع المجتمعات المختلفة إلى رفع المستوى الصحي لديها عن طريق المعلومات الصحية والتوسع في تقديمها وكذلك عن طريق نشر برامج التربية الصحية. ويكمن الدور الهام الذي تقوم به برامج التثقيف الصحي في تقديم المعلومات الصحية السليمة للناس بأسلوب مبسط ، وإثارة اهتمامهم بقضايا الصحة والمشكلات الصحية الموجودة بالمجتمع ، وتعريفهم بالجهود المبذولة لحلها ودعمهم للمشاركة بجهودهم الذاتية في هذا الحل ، وإبدال العادات الصحية السيئة بعادات سليمة<sup>1</sup>.

### ب- برامج التوعية الصحية ( الغير نظامية ) وسائل الاتصال ( وسائل التثقيف )

**تعريف وسط الاتصال:** هو المجال أو الوسط الذي يتم من خلاله الاتصال بالأفراد الذين يراد نقل المعلومات إليهم ومن الممكن أن يكون من خلال :

1- طريقة الاتصال وجها لوجه : كما يحدث عندما تهمس القابلة في أذن الوالدة بالطريقة السليمة لتحديد النسل.

2- طريقة الاتصال الجماهيري ويتم ذلك خلال :

أ) الكلمة اللفظية: مثل إلقاء الدروس على التلاميذ في حجرة الدرس أو إعطاء الدرس الديني على جموع المصلين في الجامع ظهر الجمعة وهذه الطريقة تتيح الفرصة لتبادل المناقشة والاستفسارات بين المستمعين والمحاضرين. ومثل الراديو وهو طريقة ناجحة في توصيل

<sup>1</sup> Cottrell, Girvan, and McKenzie, 2009

## الفصل الثالث الثقافة الصحية

المعلومات إلى عدد كبير من الجماهير في وقت واحد وأن برامجه تصل إلى أفراد في بقاع نائية لا يمكن الاتصال بهم بطريقة أخرى كما أنه يعطي فرصة توصيل المعلومات بأساليب مختلفة في صورة قصة أو موقف تمثيلي مثلا ، وكذلك توقيت مواعيد البرامج لتناسب كل فئة مقصودة بتوصيل المعلومات إليها مثلا ربات البيوت ممكن توقيت البرامج الموجهة إليهن بعد خروج الزوج للعمل والأولاد للمدارس في الصباح وقبل بدئها في الأعمال المنزلية الساعة 8 - 9 صباحا كما أن بعض أنواع الراديو الحديثة أصبحت من صغر الحجم بحيث يمكن حملها في اليد من مكان إلى آخر حتى إلى المزرعة أثناء الزراعة. ومن عيوب الراديو أنه لا يتيح فرصة تبادل المناقشة بين المذيع والمستمعين إلا إذا كان البرنامج يسمح لتبادل الآراء<sup>1</sup>.

(ب) **الكلمة المكتوبة:** مثل النشرات المكتوبة وتوزيعها على الناس. وكذلك الجرائد والمجلات وهي توزع على نطاق واسع وتعطي فرصة إعادة القراءة لنفس الموضوع أكثر من مرة حتى يتم استيعابه ولكن من عيوبها أنه لا يستفيد منها إلا الذين يعرفون القراءة أي أنها لا تصلح للأميين وهم غالبية المقصودين بالبرنامج التثقيفي الغير نظامي)

**الصور المرئية:** مثل الملصقات: وهذه توصل فكرة الرسم المرسوم عليها إلى المتعلمين وغير المتعلمين ولكن قد لا يستطيع كل الأفراد إدراك المعلومات المقصودة بفكرة الرسم. الشرائح العلمية: يمكن عرضها بالآلات العرض المكبرة على مجموعة من الناس في قاعة محاضرات أو في ندوات أو اجتماعات وهي تتيح فرصة الشرح والتوضيح أثناء العرض وكذلك تبادل المناقشات والاستفسارات

**الأفلام السينمائية:** للموضوعات العلمية وهذه تفيد كل الأعمار وكل مستويات التعليم وخاصة إذا كانت أفلام ناطقة ويمكن فتح باب المناقشة بعد انتهاء العرض.

**التلفزيون:** يجمع الصور المرئية مع الكلمة اللفظية ويوصلها في شكل عرض سينمائي إلى داخل البيوت وتصل المعلومات إلى فئات لا تخرج إلى الندوات أو قاعات المحاضرات مثل ربات البيوت وأطفال وباقي أفراد المنزل وخاصة إذا أحسن اختيار الموضوع المراد إيصاله إلى الجماهير. مواقع التثقيف على شبكة الإنترنت.

<sup>1</sup> محمد علي محمد وآخرون: دراسات في علم الاجتماع الطبي، دار المعرفة. الجامعية، الإسكندرية-مصر، 1987 المرجع السابق، ص 152

## الفصل الثالث الثقافة الصحية

ج- برامج تنمية المجتمع ع-وهي برامج تتم في الأوساط الريفية ومجتمعات محدودي الدخل حيث تدمج برامج التربية الصحية مع برامج رفع المستوى الاجتماعي والاقتصادي للسكان وتعتمد هذه الطريقة على إقناع الناس بالفائدة الملموسة التي تعود عليهم من إتباع الفكرة المستحدثة مثل فائدة تطعيم الأطفال ضد الأمراض المعدية وأثر ذلك على صحة الطفل وخفض معدل وفيات الأطفال وفي هذه البرامج يجب البدء بإقناع قادة المجتمع وأخذهم في صف ممارسة التغيير الجديد بأن يبدؤوا هم بهذه الممارسة الجديدة وبذلك يحذو باقي أفراد المجتمع حذوهم ويمكن أيضا ترغيب الناس بإعطائهم خدمة يطلبونها مثل إدخال الكهرباء إلى القرية أو بناء مدرسة جديدة ومن خلال ذلك يمكن إدخال الفكرة الجديدة بوسائل الاتصال الجماهيري مثل عرض الأفلام السينمائية التثقيفية في فناء المدرسة بعد الظهر وعقب الندوات وإلقاء المحاضرات<sup>1</sup>. وبذلك تسير برامج التربية الصحية يدا في يد مع برامج رفع المستوى الثقافي العام والمستوى الاجتماعي والاقتصادي وبذلك يمكن تحقيق التغيير السلوكي المطلوب . ومن ذلك نرى أن الثقافة الصحية تعتبر جزءا لا يتجزأ من برامج تنمية المجتمع ولذلك كان من الضروري تعليمها لكل القائمين بالعمل في مجالات الخدمة الاجتماعية حتى يستطيعوا تطبيق أسس الصحة العامة وغرس مبادئها في المجتمعات المختلفة أثناء ممارستهم لعملهم في تلك المجتمعات .

### ثالثا: وسائل التثقيف الصحي:

في سبيل تحقيق هذه الأهداف، ينبغي أن تتوفر للتلاميذ:

- الرعاية الطبية: بإجراء الفحوص الشاملة عند دخول المدرسة والفحوص الدوري بعد ذلك بغية اكتشاف ما لديهم من أمراض وعاهات، والعمل على معالجتها.
- الوقاية من الأخطار الصحية كالأمراض المعدية والحوادث والاضطرابات النفسية والعاطفية وغيرها من الأمراض. نشر الوعي الصحي بين التلاميذ.
- توفيق البيئة المدرسية الصحية. الاهتمام بتغذية التلاميذ. العمل على توثيق وتوثيق بيئة المدرسة والأهل، وبيئة الجهاز الطبي في كل ما يعود بالنفع على الأحوال الصحية للتلاميذ<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> مرادبوزيت: مرض السكري أعراضه -أسبابه- طرق الوقاية -علاجه، دار الهدى، عين مليلة، الجزائر، دون سنة

<sup>2</sup> -الجمعية البريطانية لأطباء المدارس: المرجع نفسه: ص 06.

## الفصل الثالث الثقافة الصحية

تتنوع وسائل التثقيف الصحي المستخدمة في نشر المعلومات الصحية من وسائل تقليدية نمطية إلى تقنيات عصرية حديثة وكلما كانت وسيلة الاتصال تفاعلية وتخطب أكثر من حاسة كلما كان تأثيرها أكبر ومن هذه الوسائل

\* وسائل مسموعة يتم نقل المعلومات عن طريق الكلمة المنطوقة مثل : (المقابلات ، الندوات ، المحاضرات ، المؤتمرات)

\* وسائل مقروءة يتم نقل المعلومات عن طريق العبارة المكتوبة مثل : ( النشرات ، الكتيبات ، الملصقات ، رسائل الجوال، السبورة، النماذج، الصور التوضيحية، العينات، المعارض، الشرائح)

\* وسائل مسموعة مرئية: مثل ( تلفاز ، فيديو لأفلام ، أقراص مدمجة) وتتنوع وسائل أخرى

أهمها

### 1 الملصقات

وهي لوحات ورقية كبيرة أبعادها – سم مدون عليها عبارات وصور تحمل رسالة تثقيفية بلغة مبسطة وموجزة في كلماتها مع استخدام ألوان جذابة وجاذبة للفئة المستهدفة ويراعي في التصميم الخط وإبراز الرسالة وحجم الكلمات والتأثير النفسي على الملتقي وتتطرق لفكرة واحدة وتكون الصورة الرئيسية التي تهدف لها واضحة ومفهومة ويتم استخدامها في تقديم المعلومات وتقريب مفهوم الرسالة التثقيفية واستخدامها كمحفز ومحور للنقاش الجماعي وتوضع في المكان المناسب حتى تتمكن الفئة المستهدفة من الإطلاع عليها واستيعابها بسهولة

### 2 المطوية أو النشرة

هي وسيلة تحتوي على معلومات صحيحة أما بشكل مصور مع تعليق أو إرشادات لفئة مستهدفة في المجتمع وتلعب الألوان الدور الأساسي فيها كعنصر للجذب ويراعى أن يطبع العدد الكافي لإيصاله إلى الفئة المطلوب توعيتها

### الكتيبات التثقيفية

وهي كتيبات صغيرة تحتوي على إرشادات موجهة لفئة محدودة في المجتمع لهدف توعيتهم

### 3 اللوحات القلابة

عبارة عن صفحات ورقية مقواه تشتمل كل صفحة منها على رسالة أو معلومات صحية ويتم استخدامها غالباً في مجموعات صغيرة لا تتعدى ويكثر استخدامها في الفصول الدراسية

### 4 أشرطة الفيديو

تستخدم أشرطة الفيديو التي تتضمن مواد تثقيفية لتعلم المجموعات الصغيرة ، ولكن لابد أن يتبعها مناقشة جماعية للمضمون التثقيفي وإلقاء الضوء على أهمية محتواه والجوانب التي تطرق إليها حتى لا يكون هناك تلقي سلبي

## الفصل الثالث الثقافة الصحية

### 5 النماذج والمجسمات وأدوات المحاكاة

النماذج تعد أدوات للمحاكاة وهي ذات أبعاد ثلاثية لذا فإنها تعرض مفهوما واقعيا يساهم في تحقيق الأهداف التعليمية وحجمها يسمح بفحصها عن كثب كما يمكن استخدامها لإيضاح الوظيفة إلى جانب إيضاح التركيب وتتميز بتعلم وممارسة أساليب ومهارات مختلفة ويصنع بعضها من المواد المحلية

### 6 أجهزة عرض الشرائح والشفافيات

وهي وسيلة من الوسائل البصرية لعرض الرسائل الصحية كجهاز عرض الشرائح وجهاز عرض الصور الورقية ( الشفافيات ) وأجهزة وبرامج الكمبيوتر كبرنامج البوربوينت . والعروض التقديمية

## الفصل الثالث الثقافة الصحية

**خلاصة الفصل:** من كل ما سبق تقديمه جاءت ضرورة الاهتمام بالصحة والسلامة المدرسي كونها المدخل لجزء كبير من أطفال المجتمع وهي شريحة التلاميذ الذين يقضون ساعات يومية طويلة داخلها ولسنوات عديدة؛ لذلك يجب على المسؤولين عند اعداد برامج الخدمات الصحي أن يراعوا ضرورة توفيق أسباب الصحة والسلامة من خدمات طبي أو تثقيف صحي، وذلك لتحقيق نمو عقلي وبدني ونفسي واجتماعي سليم وكذا الحفاظ على بيئة صحي سليمة بعيدة عن أي ملوثات وتوفيق الماء والغذاء والهواء النقي، ومتابعة نموهم بانتظام واتباع أساليب الوقاية من الأمراض والمشاكل والأخطار والاهتمام بشخصيتهم.

فتوفيق الصحة المدرسي هو استثمار حقيقي، إذ أصبحت مسألة مهمة تضع لها الدول الخطط البرامج الاستراتيجية طويلة المدى خاصة مع زيادة الأمراض المزمنة وازدياد التحديات والمؤثرات المعاصرة للنهوض والارتقاء بالجني القادم.