دور المدرسة في نشر الثقافة الصحية بين التلاميذ

The role of the school in the dissemination of health culture among pupils

مليوح خليدة[1]* بن حفيظ شافية [2]

1-جامعة محمد خيضر بسكرة (الجزائر)، khalida.meliouh@univ-biskra.dz

2-جامعة محمد خيضر بسكرة(الجزائر)، chafia.benhafid@univ-biskra.dz

تاريخ الاستلام:2025/02/01 تاريخ القبول:2025/11/30

الملخص:

إن المدرسة لها دور خاص في تكوين التلاميذ بيداغوجيا ونفسيا ونشر الوعي الصحي وكيفية المحافظة على بيئة بيداغوجية سليمة، من خلال الأدوار المختلفة التي يلعبها المعلم واخصائي النفساني والمدير والعمال في التنظيم الدينامي السليم في تكوين التلاميذ، ففي هذه الورقة البحثية سنعرض تراث أدبي في ابراز دور المدرسة في نشر الثقافة الصحية لدى التلاميذ.

الكلمات ا لمفتاحية: مدرسة؛ ثقافة صحية؛ تلاميذ.

Abstract:

The school has a special role in the formation of pupils pedagogically and psychologically and spreading health awareness and how to maintain a healthy pedagogical environment, through the various roles played by the teacher, psychologist, manager and workers in the proper dynamic organization in the formation of pupils. In this paper we will present a literary heritage in highlighting the role of the school in the dissemination of health culture among pupils.

Keywords: school; health education; pupils

مقدمة:

إن المدرسة منظمة اجتماعية وتربوية، لها دور يماثل دور الأسرة، فهي في الحقيقة الطريق الذي يسلكه التلميذ المتمدرس للانتقال من حياة الأسرة الحاضنة لطفولته إلى

* المؤلف المرسل: مليوح خليدة

الحياة الاجتماعية الواسعة النطاق، لذا فهي مؤسسة موجهة لتطبيق أغراض التنشئة الاجتماعية والتربوية، والتي تسعى لرعاية التلميذ وتكوينه خلقيا ومعرفيا واجتماعيا، كما أنها تعمل على تهيئته حتى يستطيع التكيف والتأقلم مع المجتمع، خاصة مع التغيرات الحاصلة في مختلف مجالات الحياة، فهي تتأثر بقيم ومعايير ومعتقدات وأفكار ومبادئ المجتمع الذي تنتمي إليه لتصبح جزءا لا يتجزأ منها.

والمدرسة من بين المؤسسات الاجتماعية التي تعتبر نسقا اجتماعيا منفتحا يرتكز على التنشئة الاجتماعية والتربية بكافة تدرجاتها، ودورها لا يقتصر على إعداد التلاميذ معرفيا فقط بل يتعداه إلى تكوين شخصية متكاملة خلقيا واجتماعيا وثقافيا وحتى جسميا، لاسيما مع انتشار الأمراض والأزمات الصحية العالمية، وهذا جعل منها مؤسسة اجتماعية فعالة لها دور أساسي في رفع مستوى الوعي الصحي بين التلاميذ مما ينعكس على المجتمع كلية.

ومن هنا يستلزم تزويد التلاميذ بالمعارف والمهارات والتوجهات المرتبطة بالصحة، وذلك بهدف تغيير اتجاهاتهم والسعي لتحسين وتطوير سلوكهم الصحي، وتدعيم مفهوم الصحة لديهم وتغيير نمط عيشهم، وذلك حتى نحقق الصحة واللياقة البدنية من جهة والصحة النفسية والعقلية من جهة أخرى، وحتى يستوعب التطورات والأوضاع الصحية المحيطة بهم من ناحية اخرى (ناصر، 2018، ص7).

إن التثقيف الصحي عامل رئيسي لصناعة هذا الالتزام، وذلك لأنه لا يمكن للمجتمعات أن تتمتع بإدراك مستنير إلا بعد أن تتوفر لها فرصة الحصول على النمط الصحيح من المعارف المرتبطة بظروفها ومشاكلها الصحية وبالوسيلة التي يمكن بها أن تساهم في تطويرها، وبأكثر الوسائل ملائمة لتجنب هذه المشكلات ومواجهتها، وكذلك تلك المعارف المتصلة بشان الانماط السلوكية البديلة والنتائج المترتبة عليها بحيث يتمكن الافراد من انتقاء سلوكهم انتقاء واعيا وترضى عن النتائج المترتبة عليه، ولهذا فإن

التثقيف يساعد في حل المشاكل الصحية السائدة وطرق الوقاية منها والتحكم فيها (شريم،2012، 6).

فالتثقيف الصحي هو عملية تربوية تهدف إلى تغيير الأفكار وتحسين المهارات، وهذه العملية لا تنعكس على الفرد فحسب بل تنعكس على المجتمع ككل، لذا فهو يتأسس من خلال عملية تثبيت مفهوم الوعي والرعاية والوقاية الصحية والتي لا يمكن لها أن تتجسد إلا من خلال التشارك والتآزر بين جميع فئات المجتمع ومؤسساته وأنظمته التربوية، وذلك بغرض بناء بيئة تثقيفية صحية خالية من المعيقات الاجتماعية والنفسية المؤثرة على حياة اليومية للأفراد. لذا فإن المؤسسات الاجتماعية تتكفل بنشر قواعد الوعي الصحي بهدف ضمان استمرار الفرد البشري.

إن من خلا ما سبق يتضح لنا جليا أهمية الموضوع خاصة مع الارتفاع الملحوظ والمتزايد في مستوى الاصابة بالأمراض المزمنة بين كل فئات المجمع لاسيما فئة المتمدرسين، وهذا أدى إلى دق ناقوس الخطر من قبل كل المؤسسات المجتمع وعلى رأسها المدرسة والتي من أهم أهدافها تلبية احتياجات المجتمع، والمساهمة الفاعلة في حل المشاكل المتفشية فيه، خاصة وأنه كلما ارتفعت نسبة الاصابة بالأمراض المزمنة زادت تكاليف العلاج وهذا يؤثر على الناحية الاقتصادية للدول، وهذا ما دفعنا للبحث والتقصي في الموضوع من خلال طرح التساؤل التالي:

- ما هو دور المدرسة في نشر الثقافة الصحية بين التلاميذ؟

أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة الحالية في أهمية الموضوع، ألا وهو دور المدرسة في نشر الثقافة الصحية بين التلاميذ، حيث أن المدرسة مؤسسة اجتماعية وتربوية من أهم أهدافها تلبية احتياجات المجتمع والمساهمة في حل مشاكله الواقعية، ومع الانتشار المتزايد للأمراض المزمنة بين أفراد المجتمع بالإضافة إلى العديد من المشكلات الصحية

مثل أمراض سوء التغذية، وارتفاع معدل الإصابة بالأمراض المعدية وارتفاع معدل الوفيات وخاصة بين الأطفال الرضع وكذلك انخفاض متوسط العمر.

من بين أسباب تدني المستوى الصحي هو ضعف الإمكانيات البشرية والصحية، وكذلك ضعف الوعي الصحي وانتشار العادات الصحية السيئة وعدم إقبال الجمهور على الاستفادة من الخدمات الصحية الموجودة، كما أن المناهج التربوية تفتقر إلى الكثير من المواضيع التي من شأنها المساهمة في نشر الوعي الصحي لدى التلاميذ، لذا جاءت هذه الدراسة للمساهمة في تسليط الضوء على الدور الايجابي الذي يمكن للمدرسة أن تلعبه للوقاية من انتشار الأمراض والمحافظة على الصحة العامة، وذلك من خلال مختلف النشاطات الصفية واللاصفية في المدرسة، وفي مختلف الحصص والمواد، من خلال المناهج الدراسية أو من خلال الأنشطة الثقافية والترفيهية .

تعريف الثقافة الصحية:

يمكن تعريف الثقافة الصحية: بأنها جملة من الوسائل، والنشاطات التحسيسية المنظمة والمخطط لها بدقة والموجهة لكل فئات المجتمع، لتشكيل قوة تأثيرية معززة للاتجاهات الايجابية المجتمعية لكل القضايا والممارسات الصحية، والتي ستغير الآراء والمعارف الخاطئة المكتسبة لدى البعض، وتتغير هذه الأفكار بعد ذلك الى سلوكيات، وهذه الاجراءات ستطور من الأوضاع الصحية للمجتمع بصفة عامة (صلاح،2019).

فهي الطريقة الفاعلة والآلية الأساسية لتطوير الأوضاع الصحية للمجتمع من خلال إعطاء النصائح وتزويدهم بالمعلومات والمهارات للاكتساب سلوكيات صحية، وذلك حتى نزيد من مستوى الصحة والوقاية من الأمراض، والبداية تكون من المراحل الأولى من التربية، وفي كل المؤسسات المكلفة بالتربية، ويتم ذلك في الأنشطة المتنوعة التي تقوم بها (بدح، 2009، ص14).

إن الوعي الصحي يعني إعطاء المعارف والبيانات والادلة الصحية التي ترتبط بالصحة والمرض لكل أفراد المجتمع وقد يظهر للبعض أن الوعي الصحي هو أن نجبر الأفراد على ذلك لكن الغاية الرئيسية منه هو الإرشاد والتوجيه، والغاية من ذلك هو ضمان أن كل فرد على استعداد نفسياً وعاطفياً لأن يتجاوب مع النصائح الصحية.

المشاكل الصحية في ظل غياب الوعي الصحي:

تتمثل المشاكل الصحية في ظل غياب الثقافة الصحية فيما يلي :

ظهور أمراض فتاكة:

بالرغم من التطور الحاصل في العلوم الطبية إلا أنها لا تزال غير قادرة على توفير أدوية لبعض الأمراض الفتاكة، كالسيدا، والسرطان، بالإضافة إلى ظهور أمراض غريبة وفيروسات غير معروفة لم يطور العلماء لها تطعيمات بعد.

سرعة توسع العدوى:

إن العالم في الوقت الحاضر أصبح قرية واحدة، وبالتالي فإن انتشار الأمراض يكون بسرعة كبيرة وفي كل أنحائه، وخير دليل على ذلك هو فيروس كورونا حيث بدايته كانت في الصين ثم انتشر في كل أرجاء المعمورة.

تغير نمط الحياة:

إن الانسان في الوقت الحالي أصبح يميل إلى الراحة، خاصة مع التطور التكنولوجي والذي أصبح يوفر له كل وسائل الرفاهية وهذا انعكس على نشاطه اليومي، كما أن تغير نمط الغذائي فأصبح يتناول بعض الأنواع من الأغذية غير الصحية كالوجبات السريعة، والافراط في تناول السكريات والدهون المشبعة، إن كل هذه العوامل تسببت في بروز مشاكل صحية معاصرة، كداء السكري، وارتفاع ضغط الدم.

لإفراط في استعمال الوسائل التكنولوجية:

رغم ايجابيات التطور التكنولوجي وذلك من خلال ما يوفره للإنسان من وسائل التواصل وتوفير وتنوع المعلومات في أسرع وقت، فهناك سلبيات لهذه التكنولوجيا الحديثة، حيث يؤدي الإفراط في استخدامها إلى انعكاسات وخيمة تؤثر على الصحة العامة، سواء على الجانب الفيزيولوجي كالإصابة ببعض الأمراض كضعف النظر، أو في الجانب النفسي على سبيل المثال قلة التركيز والانتباه وفرط الحركة لدى الأطفال والتلاميذ والعصبية الزائدة، والانطوائية الزائدة.

ثقافة المجتمع:

تمارس الكثير من الشعوب عادات وتقاليد غير صحية كالاعتماد على أنماط من الأغذية غير الصحية، أو الاعتماد على نوع واحد من الوجبات كالإفراط في تناول الخبز الأبيض كالمجتمع الجزائري. بالإضافة قلة النشاط والحركة وعدم ممارسة الرياضة.

الاشهار المضلل للمنتجات:

إن كثير من المنتجات والسلع تعرض ويروج لها بطريقة جذابة وصحية على عكس حقيقتها، خاصة مع التطور التكنولوجي الهائل أين أصبحت الإشهاريات في جميع وسائل التواصل الاجتماعي، وفي كثير من الاحيان لا تتوفر على الشروط الصحية ولا على معايير الجودة، وغير صالحة للاستخدام البشري، وتؤثر على صحة الأفراد مما يؤدي إلى إصابتهم بالأمراض الخطيرة.

وتكمن أهمية التثقيف الصحي فيما يلي:

- الحرص على أن يتمتع أفراد المجتمع بالصحة من خلال الوقاية من الأمراض.
- تنمية آراء صحية سليمة.
- تقديم مساعدة للأفراد وتتمثل في علاج الأمراض التي تصيبهم أو بتقديم النصائح المناسبة وذلك باستخدام الوسائل المتوفرة.

- زرع ثقافة السلوك الصحي السوي وجعلها ثابتة في المجتمع، والعمل على القضاء على السلوكيات غير السوية.

- العمل على توعية الأفراد بمختلف المشاكل الصحية التي يمكن أن تواجههم وكيفية التعامل معها ومواجهتها وذلك بالطرق المناسبة.

- توعية الأفراد في المجتمع بأهم المفاهيم الصحية المفيدة.

- تغيير النمط المعيشي لمختلف فئات المجتمع.

- العمل على التقليل من حدوث الإعاقات ما أمكن، وذلك من خلال التحكم في مسبباتها.

- التقليل من معدلات الإصابة بالأمراض. (1998) .World Health Organization

أهداف الثقافة الصحية:

✓ الحرص على تصحيح معلومات الأفراد المرتبطة بالصحة والمرض والعمل على أن تصبح الصحة غاية في ذاتها، ويتم تنفيذ ذلك على مجموعة عوامل من بينها المؤسسات الاجتماعية السائدة، بالإضافة إلى المناهج التعليمية في هذا المجتمع، كما أن الوضعية المادية لها دور هام في تحقيق ذلك، وحتى مدى ارتباط الأفراد بوطنهم وحبهم له، ويظهر ذلك من خلال التعاون مع القائمين على برامج الصحة العامة في المجتمع ومحاولة مساعدتهم في تنفيذ الخطط المسطرة من برامج توعوية لفائدة أفراد المجتمع.

✓ الحرص على اكتساب الناس أفكار وسلوكات صحية واتجاهات إيجابية تمكنهم من التمتع بصحة جيدة، وذلك على اختلاف فئاتهم سواء أطفال أو مراهقين أو كبار لا سيما فيما يخص متابعة الأم الحامل والمرضع وصحة الطفل ورعايته، وكيفية التعامل عند الاصابة بمختلف الأمراض خاصة الإصابات البسيطة، وكذا الاهتمام بالغذاء والحرص أن يكون صحيا وكافيا، وكل ذلك بهدف رفع المستوى الصحي في المجتمع.

✓ التخطيط الجيد للمشروعات الصحية في المجتمع والسعي للترويج لها إعلاميا حتى نضمن نجاحها وتحقيق أهدافها المسطرة، ويتم ذلك من خلال تكافل كل الأطراف من أفراد ومؤسسات المجتمع مع بذل المجهودات الكافية للمحافظة عليها والاستفادة منها قدر الإمكان.

✓ العمل على نشر الثقافة الصحية بين كل فئات المجتمع حتى تصبح ثقافة سائدة بينهم، وبالتالي كل يتحمل جزء من المسؤولية فيما يخص الاهتمام بصحتهم وصحة كل أفراد المجتمع الذي يعيشون فيه.

عناصر التثقيف الصحي: للتثقيف الصحي عناصر رئيسية، وهي:

الرسالة الصحية: ونقصد بذلك أن تكون المعلومات الصحية الموجهة للناس واضحة وصحيحة، ويجب أن تناسب جميع الفئات المعنية بهذه المعلومات، وعند مراعاة هذه المعايير نضمن تحقيق الرسالة الصحية الغرض المرغوب منها.

المثقف الصحي: وهو الفرد الذي يتكفل بإيصال المعلومات للآخرين ويوعيهم، ويشترط أن يكون مكونا ومدربا ويمتلك المهارات اللازمة التي تأهله للقيام بهذه المهمة، كما يجب على المثقف الصحي أن يكون مؤمنا بهذه الرسالة التي يسعى لنقلها للآخر، أي يعتقد بأهمية المعلومات التي ينقلها ودورها في المحافظة على الصحة العامة.

الشخص المتلقي: وهو الشخص الذي يتلقى المعلومات الصحية، ويجب على المثقف الصحي أن يدرك الفروق الفردية في درجة وعي وثقافة الشخص المتلقي كما، يجب معرفة مدى تقبله وفهمه لهذه المعلومات ومدى استعداده لتطبيقها واقعيا.

وسيلة التثقيف: وهي الأدوات المستخدمة لإيصال المعلومات الصحية، وحتى تحقق هذه الأدوات أهدافها يجب أن تكون متنوعة ومتطورة وتتناسب مع كل الفئات الموجه لها، وهذا لضمان التأثير المرغوب، وتكون الوسائل التثقيفية: مسموعة مثل: الندوات، محاضرات، والمؤتمرات. ومقروءة مثل: النشرات والكتيبات. .الخ(الشوابكة، 2019).

مستويات التثقيف الصحي: تتمثل مستويات التثقيف الصحي فيما يلي:

مستوى التثقيف الصحي الأولي: وهو موجه بالدرجة الأولى إلى الأفراد الأصحاء، أي الذين لا يعانون من الأمراض، والغرض من ذلك هو نشر الوعي الصحي بينهم للمحافظة على صحتهم ووقايتهم من الامراض، مثال على ذلك: تثقيف وتوعية الشباب حول مخاطر المخدرات والإدمان، والتدخين.

مستوى التثقيف الصحي الثانوي: ويخص هذا المستوى الأشخاص الذين لديهم قابلية للمرض أو يمارسون عادات قد تعرضهم للإصابة بالأمراض لكنهم لم يصابوا بعد، والغرض من التثقيف الصحي هنا هو وقايتهم وتقديم النصح الكافي لحمايتهم من الأمراض التي قد تصيبهم، كتقديم النصح والتوعية للشخص الذي يدخن ولكنّه لم يصب بعد بسرطان الرئة.

مستوى التثقيف الصحي النهائي: يوجه هذا المستوى للأشخاص المصابون بالأمراض المزمن أو الإعاقات، وذلك بهدف توعيتهم بكيفية مواجهة المرض الذي يعانون منه، وحمايتهم من تطور المرض، بالإضافة إلى حماية الأعضاء الأخرى السليمة، على سبيل المثال داء السكري حيث أن المصاب إذا لم يحافظ على نفسه قد يصاب بأمراض أخرى كإصابة شبكية العين أو الكليتين (تميم، 2013، ص06).

مجالات التثقيف الصحي:

التثقيف الصحي النظامي ومنها برامج الصحة المدرسية: وتسعى 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، واثارة اهتمامهم بقضايا الصحة والمشكلات الصحية الموجودة بالمجتمع، وتعريفهم بالجهود المبذولة لحلها

ودفعهم للمشاركة بجيودهم الذاتية في هذا الحل، وابدال العادات الصحية السيئة بعادات سليمة. Cottrell, Girvan, and McKenzie, 2009

برامج التوعية الصحية الغير نظامية (وسائل الاتصال) وسائل التثقيف):

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

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 المعلومات إلى عدد كبير من الجماهير في وقت واحد وأن برامجه تصل إلى أفراد في بقاع نائية لا يمكن الاتصال بيم بطريقة أخرى كما أنو 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 الموجية إليهن بعد خروج الزوج لمعمل والأولاد للمدارس في الصباح وقبل بدئيا في الأعمال المنزلية الساعة.

- **الكلمة المكتوبة:** مثل النشرات المكتوبة وتوزيعيا 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 عرضيا بوسائل 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 التليفزيوني 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 عمى شبكة الإنترنت (علال، 1987، ص152).

- **برامج تنمية المجتمع:** 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 بهذه الممارسة الجديدة وبذلك يحذو باقي أفراد المجتمع حذوهم وممكن 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 والقاء المحاضرات (بوزت، ب س، 45ص).

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 تعميميا لكل القائمين بالعمل في مجالات الخدمة الاجتماعية حتى يستطيعوا تطبيق أسس الصحة العامة وغرس مبادئها في المجتمعات المختلفة أثناء ممارستهم لعملهم في تلك المجتمعات.

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

✓ **وسائل مسموعة:** يتم نقل المعلومات عن طريق الكلمة المنطوقة مثل: (المقابلات، الندوات، المحاضرات، المؤتمرات)، ويتم ذلك من خلال النشاطات التي تنظمها المؤسسات الصحية الجوارية في المدارس، أو من خلال الحصص الاعلامية التي يقوم بها مستشاري التوجيه والذي قد يساهم من خلالها بنشر الثقافة الصحية في إطار الأيام الاعلامية التي يعدها هؤلاء المستشارين وذلك ضمن المهام الاعلامية.

✓ **وسائل مقروءة:** يتم نقل المعلومات عن طريق العبارة المكتوبة مثل: (النشرات، الكتيبات، الملصقات، رسائل الجوال، السبورة، النماذج، الصور التوضيحية، الع نّات، المعارض، الشرائح). وتعد هذه الوسيلة من الوسائل الناجعة خاصة مع التطور الحاصل، وميل التلاميذ للوسائل السريعة.

✓ **وسائل مسموعة مرئية:** مثل (تلفاز، فيديو لأفلام، أقراص مدمجة) وتتنوع وسائل اخرى اهمها:

✓ 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 ويراعى في التصميم الخط وإبراز الرسالة وحجم الكلمات والتأثير النفس 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 الاطلاع عليها واستيعابها بسهولة.

✓ المطوية أو لنشرة: هي وسيلة تحتوي على معلومات صحيحة ما بشكل مصور مع تعليق أو إرشادات لفئة مستهدفة في المجتمع وتلعب الألوان الدور الأساسي فيها كعنصر للجذب ويراعى ن يطبع العدد الكافي لإيصاله إلى الفئة المطلوب توعيتها.

✓ اللوحات القلابة: عبارة عن صفحات ورقية مقواه تشتمل كل صفحة منها على رسالة أو معلومات صحية ويتم استخدامها غالباً ف مجموعات صغيرٌة لا تتعدى ويكُثر استخدامها في الفصول الدراسية.

✓ أشرطة الفيديو: تستخدم أشرطة الفيديو التى 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.

✓ النماذج والمجسمات وأدوات المحاكاة: النماذج تعد أدوات للمحاكاة وه 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.

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

التثقيف الصحي المدرسي: للمدرسة دور هام في التثقيف الصحي للآباء والأمهات وأولياء وهم طرف من أطراف العملية التعليمية، التي لها اتصال مباشر بالمدرسة فضلا عن التلاميذ الذين يكونون بدورهم نسبة كبيرة، ولذلك لا يجب اغفال دور المدرسة كمركز

اشعاع يمكن توظيفه واستغلاله للتثقيف الصحي للجمهور ونضمن عن طريقة توصيل الرسالة التثقيفية الصحية الى عدد كبير جدا من الأهالي.

أهداف التثقيف الصحي المدرسي: يهدف التثقيف الصحي المدرسي إلى:

تكوين اتجاهات صحية سليمة: حيث أن إدراك العقلي للتلميذ لا يستوعب المعلومات بخلاف الكبار لذلك نولد لدى التلاميذ الرغبة في اتباع التوجيهات الصحية والتفهم الصحيح.

تكوين عادات وممارسات صحية محمودة: ويشمل ذلك السلوك الصحي السليم في ظروف الحياة اليومية مثل: المأكل، الملبس، والمسكن، والاستفادة السليمة من الخدمات الطبية واتباع الأساليب التي تساعد على الوقاية من الأمراض والإسهام الإيجابي في تحسين صحة المجتمع.

الحصول على المعلومات الصحية الأساسية: بالتدرج حسب نمو الإدراك العقلي لها، وذلك عن الصحة البدنية والنفسية والاجتماعية، وكيفية المحافظة على الصحة الشخصية وصحة الأسرة والمجتمع، ومعرفة الخدمات الطبية والصحية، الموجودة في المجتمع والتي يمكن الاستفادة منها المسؤولون عن التثقيف الصحي في المدرسة: كل من يعمل بالمدرسة وكل من له علاقة بها يمكن أن يساهم في التثقيف الصحي بالمدرسة ومنهم: المدرسون: وهؤلاء يمكن أن يلعبوا الرئيسي في التثقيف الصحي والتربية الصحية لتلاميذهم وهذا الدور يمكن أن يتمثل في الآتي:

- تكوين العادات الصحية السليمة وترك العادات السيئة، من خلال الممارسة اليومية بالمدرسة.
- الاشراف الصحي على التلاميذ مثل: اكتشاف بوادر المرض المبكرة.
- المعاونة أثناء إجراء الفحص الطبي الدوري الشامل في وجود الطبيب لأمر للتوعية بالإرشادات الصحية حسب أحوال كل تلميذ أثناء العام الدراسي.

- الاشتراك في تكوين الجمعيات الصحية المدرسية وبقية الأنشطة الأخرى ورعايتها بالنصح والتوجيه والمساعدة.

- تدريس المواد الصحية بالمناهج بطريقة مباشرة، وبطريقة الدمج.

ممرضة الصحة المدرسية: وهي عضو الفريق الصحي المتواجد مع التلاميذ أثناء اليوم الدراسي وفرصتها في التثقيف الصحي كذلك كبيرة بطريقة مباشرة عن طريق عقد الندوات أو اللقاءات الفردية أو الإشراف على بعض الأنشطة والإشراف الصحي المباشر على التلاميذ، ويوجد أيضا &quot، الطبيب والمعاون الصحيون، وفنيو المعمل الأخصائيين الاجتماعيين والنفسين ...الخ(مزاهرة، 2018، ص23) .

خاتمة:

تلعب المدرسة دورا فعالا في تحقيق الوعي الصحي للتلاميذ من خلال القيام بتوعية التلاميذ عن أهمية تناول الأكل الصحي وممارسة مختلف الأنشطة الرياضية، وعن أهمية التطعيمات ودورها في محاربة الفيروسات، والوقاية من العديد من الأمراض كالإعاقات والشلل، والكشف المبكر عن الامراض من خلال القيام بمتابعة دورية طبية لفائدة التلاميذ، و تنظيم حملات توعوية يقدمها الاخصائي النفساني تتمثل في نشر الوعي الصحي كتناول الأكل الصحي والابتعاد عن الغذاء الذي يشكل خطورة عن الصحة ،وكيفية تجنب العدوى، وذلك لان استعداد التلاميذ وحبهم للنصائح أكثر من الكبار ، وكذلك التركيز على نشر الوعي بين مختلف التلاميذ فيما يخص آفة المخدرات وكيف تؤثر على العقل، والأثار السلبية المترتبة عنها سواء من الناحية الجسمية أو النفسية وحتى الاجتماعية، وبالتالي العقل السليم في الجسم السليم .

استنتاج عام:

إن المدرسة الجزائرية كغيرها من مدارس المجتمعات الحديثة تسعى الى تكوين أفراد يتمتعون بشخصية متكاملة سواء من الناحية العقلية والاجتماعية والانفعالية

والأخلاقية والجسمية، ولتحقيق ذلك الهدف فهي تستعين بكل الوسائل والاستراتيجيات الحديثة من خلال نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ مرحلة الابتدائي من خلال التركيز على المعلمين ودورهم في نشر الثقافة الصحية من خلال اظهار أهمية الاكل الصحي في الوقاية من الامراض من خلال رسومات ،فيديوات ملونة تعكس متطلبات مرحلة الطفولة ،وتوفير الاطباء للفحص والسلامة ، أما تلاميذ مرحلة االمتوسط والثانوية من خلال الانفتاح على الصعيد الجمعوي والمدني بحملات التحسيسية والتوعية لخطورة الوضع الصحي للمجتمع نظرا لانتشار الأمراض نتيجة اتباع أنماط خاطئة في أسلوب الحياه، كالتناول الأكل غير الصحي أو الافراط في تناول الغذاء، بالإضافة قلة النشاط وعدم ممارسة الأنشطة الرياضية.

إن الوقاية تمثل الحل الأمثل لتحسين الصحة العامة، وهذا ما يوفر الكثير من التكاليف المادية على الدول، كما يجنب الافراد المعاناة نتيجة الإصابة بالأمراض.

المراجع والمصادر:

1.أيمن سليمان مزاهرة (2018) موسوعة غذاء وتغذية الطفل، ط 1، مكتبة المجمع العربي للنشر والتوزيع، طرابلس، لبنان.

2.محمد عل محمد وآخرون (1987) دراسات في علم الاجتماع الطبي، دار المعرفة. الجامعية، الإسكندرية، مصر.

3.شريم محمد بشير (2012) الثقافة الصحية، مكتبة الاسرة الاردنية، مطبعة السفير، عمان- الاردن.

4.بدح أحمد محمد وآخرون (2009) الثقافة الصحية، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان-الاردن.

5. اسيا تميم (2013) الغذاء الصحة، دون طبعة، بنابي للنشر والتوزيع، الحمامات، تونس.

6.مراد بوزتٌ (ب س) مرض السكري أعراضه - أسبابه – طرق الوقايةٌ- علاجه، دار الهدى، الجزائر.

7.رزان صلاح، مفهوم الثقافة الصحية، 20:21 يوم 2019/04/02.

8.الشوابكة مراد، أهمية التثقيف الصحي , 11:44 يوم 2019/04/04.

9. World Health Organization. (1998(

10. Joint Committee on Terminology. American Journal of Health Education

11. Cottrell, Girvan, and McKenzie, 2009

1. Alain Rey (1992), Le Petit Robert Dictionnaire de La Langue Française, Montréal, canada.