



مجلة

الدراسات والبحوث

علمية محكمة

فصلية

تصدر عن كلية الآداب

العدد: الرابع والسبعون

السنة: الثامنة والأربعون

الموصل

١٤٣٩هـ / ٢٠١٨م

الهيئة الاستشارية

- أ.د. وفاء عبد اللطيف عبد العالي - جامعة الموصل/ العراق (اللغة الإنكليزية)
- أ.د. جمعة حسين محمد البياتي - جامعة كركوك / العراق (اللغة العربية)
- أ.د. قيس حاتم هاني الجنابي - جامعة بابل/ العراق (تاريخ وحضارة)
- أ.د. حميد غافل الهاشمي - الجامعة العالمية للعلوم الإسلامية/ لندن (علم الاجتماع)
- أ.د. رحاب فائز أحمد سيد - جامعة بني سويف / مصر (المعلومات والمكتبات)
- أ. خالد سالم إسماعيل - جامعة الموصل/ العراق (لغات عراقية قديمة)
- أ.م.د. علاء الدين احمد الغرايبة - جامعة الزيتونة/ الأردن (اللسانيات)
- أ.م.د. مصطفى علي دوبدار - جامعة طيبة/ السعودية (التاريخ الإسلامي)
- أ.م.د. رقية بنت عبد الله بو سنان - جامعة الأمير عبدالقادر/ الجزائر (علوم الإعلام)

الأفكار الواردة في المجلة جميعاً تعبر عن آراء كاتبها، ولا تعبر بالضرورة عن وجهة نظر المجلة

توجه المراسلات باسم رئيس هيئة التحرير

كلية الآداب / جامعة الموصل - جمهورية العراق

E-mail: adabarafidayn@gmail.com

أخبار البرافيد



مجلة محكمة تعنى بنشر البحوث العلمية الموثقة في الآداب والعلوم الإنسانية
باللغة العربية واللغات الأجنبية

العدد: أربعة وسبعون

السنة: الثامنة والأربعون

رئيس التحرير

أ.د. شفيق إبراهيم صالح الجبوري

سكرتير التحرير

أ.م.د. بشار أكرم جميل

هيئة التحرير

أ.د. عبد الرحمن أحمد عبدالرحمن

أ.د. محمود صالح إسماعيل

أ.د. علي أحمد خضر المعماري

أ.د. مؤيد عباس عبد الحسن

أ.م.د. أحمد إبراهيم خضر اللهيبي

أ.م.د. سلطان جبر سلطان

أ.م. قتيبة شهاب احمد

أ.م.د. زياد كمال مصطفى

المتابعة والتقويم اللغوي

مدير هيئة التحرير

م.د. شيبان أديب رمضان الشيباني

مقوم لغوي/ لغة الإنكليزية

أ.م.أسامة حميد إبراهيم

مقوم لغوي/ لغة عربية

م.د. خالد حازم عيدان

إدارة المتابعة

م. مترجم. إيمان جرجيس أميين

إدارة المتابعة

م. مترجم. نجلاء أحمد حسين

مسؤول النشر الإلكتروني

م. مبرمج. أحمد إحسان عبدالغني

قواعد النشر في المجلة

- يقدم البحث مطبوعاً بدقة، ويكتب عنوانه واسم كاتبه مقروناً بلقبه العلمي للانتفاع باللقب في الترتيب الداخلي لعدد النشر.
- تكون الطباعة القياسية بحسب المنظومة الآتية: (العنوان: بحرف ١٦ / المتن: بحرف ١٤ / الهوامش: بحرف ١٢)، ويكون عدد السطور في الصفحة الواحدة: (٢٧) سطرًا تحت سطر ترويس الصفحة بالعنوان واسم الكاتب واسم المجلة، ورقم العدد وسنة النشر، وحين يزيد عدد الصفحات في الطبعة الأخيرة داخل المجلة على (٢٥) صفحة للبحوث الخالية من المصورتات والخرائط والجداول وأعمال الترجمة، وتحقيق النصوص، و (٣٠) صفحة للبحوث المتضمنة للأشياء المشار إليها، تتقاضى هيئة التحرير مبلغ (٢٠٠٠) دينار عن كل صفحة زائدة فوق العددين المذكورين، فضلاً عن الرسوم المدفوعة عند تسليم البحث للنشر والحصول على ورقة القبول؛ لتغطية نفقات الخبرات العلمية والتحكيم والطباعة والإصدار .
- ترتب الهوامش أرقاماً لكل صفحة، ويعرّف بالمصدر والمرجع في مسرد الهوامش لدى وورد ذكره أول مرة، ويلغى ثبت (المصادر والمراجع) اكتفاءً بالتعريف في موضع الذكر الأول .
- يقدم الباحث تعهداً عند تقديم البحث يتضمن الإقرار بأن البحث ليس مأخوذاً (كلاً أو بعضاً) بطريقة غير أصولية وغير موثقة من الرسائل والأطاريح الجامعية والدوريات، أو من المنشور المشاع على الشبكة الدولية للمعلومات (الانترنت).
- يحال البحث إلى خبيرين يرشحانه للنشر بعد تدقيق رصانته العلمية، وتأكيد سلامته من النقل غير المشروع، ويحال - إن اختلف الخبيران - إلى (محكم) للفحص الأخير وترجيح جهة القبول أو الرد .
- لا ترد البحوث إلى أصحابها نشرت أو لم تنشر .
- يتعين على الباحث إعادة البحث مصححاً على هدي آراء الخبراء في مدة أقصاها (شهر واحد)، ويسقط حقه بأسبقية النشر بعد ذلك نتيجة للتأخير، ويكون تقديم البحث بصورته الأخيرة في نسخة ورقية وقرص مكنز (CD) مصححاً تصحيحاً لغوياً وطباعياً متقناً، وتقع على الباحث مسؤولية ما يكون في بحثه من الأخطاء خلاف ذلك، وستخضع هيئة التحرير نسخ البحوث في كل عدد لقراءة لغوية شاملة أخرى، يقوم بها خبراء لغويون مختصون زيادة في الحيلة والحذر من الأغاليط والتصحيقات والتحريفات، مع تدقيق الملخصين المقدمين من جهة الباحث باللغة العربية أو بإحدى اللغات الأجنبية، وترجمة ما يلزم الترجمة من ذلك عند الضرورة .

((هيئة التحرير))

المحتويات

الصفحة	العنوان
٣٤ - ١	جماليات التواصل الكلامي في الحديث النبوي صحيح البخاري أنموذجاً أ.م.د. محمد ذنون يونس
٥٠ - ٣٥	التجديد الأسلوبي في الخطاب الشعري عند ابن عبد ربه الأندلسي - (٢٤٦ - ٣٢٨ هـ) المحصات انموذجاً أ.م.د. مازن موفق صديق الخيرو و أ.م.د. غيداء أحمد سعدون
٩٨ - ٥١	الثلاثيات القرآنية دراسة بلاغية - سورة البقرة إنموذجاً - أ.م.د. قاسم فتحي سليمان
١٢٨ - ٩٩	جماليات الأنساق الضدية في شعر ابن مقبل أ.م.د. آن تحسين الجلبي
١٦٦ - ١٢٩	شعر الشمردل اليربوعي دراسة إيقاعية أ.م.د. نهى محمد عمر و م.م. نور مخلف صالح
١٨٤ - ١٦٧	الترابط النحوي والتماسك النصي في أدعية النوم قوله (ﷺ) : (اللهم اسلمت نفسي) انموذجاً م.م.د. عبد الله خليف خضير الحياني
٢٢٢ - ١٨٥	ديوان المعتمد بن عباد (دراسة في معجمه الشعري) م.م.د. فواز أحمد محمد صالح
٢٤٤ - ٢٢٣	الحجاج في بناء الجملة الاستفهامية في القرآن الكريم (نماذج تطبيقية) م.م. سعد موفق سعيد
٢٦٤ - ٢٤٥	اللغة الشعرية في شعر المتنبي م.م. طارق حسين علي النعيمي
٢٩٦ - ٢٦٥	وجوه مطالب التفسير في ضوء مقدمة جامع البيان للطبري أ.م.د. عبدالستار فاضل خضر النعيمي
٣٢٠ - ٢٩٧	مفهوم التسامح في المجتمعات المدنية على ضوء الفقه الإسلامي دراسة تحليلية أ.م.د. ميكائيل رشيد علي الزبياري
٣٦٠ - ٣٢١	أثر الرؤية السياقية في دلالة العام عند الإمام الشاطبي (٧٩٠هـ) م.م.د. عمار غانم محمد المولى

٣٨٠ - ٣٦١	حماية الحيوان في القانون العراقي القديم أ.م.د. عبدالرحمن يونس عبدالرحمن الخطيب
٤٠٢ - ٣٨١	انتشار الإسلام في بلاد ماوراء النهر أ.د. أحمد عبدالعزيز محمود
٤٣٤ - ٤٠٣	الحياة العلمية في بلاد القفقاس (ارمينية واذربيجان) حتى نهاية القرن السادس الهجري/الثاني عشر الميلادي أ.م.د. محمد عبدالله احمد و م.د. عماد كامل مرعي
٤٥٠ - ٤٣٥	مكانة الأحباش في السنة النبوية أ.م.د. بشار اكرم جميل
٤٨٨ - ٤٥١	التأمين الاجتماعي في بريطانيا ١٩٠٥-١٩٤٥ دراسة تاريخية أ.م.د. اياد علي الهاشمي
٥١٠ - ٤٨٩	آراء ابن الجوزي في الشيخ الصوفي سري السقطي (ت ٢٥٣هـ / ٨٦٧م) أ.م.د. عبد القادر احمد يونس
٥٥٠ - ٥١١	مختصر كتب الوفيات في العصر المملوكي مخطوطة المنتهى في وفيات أولي النهى لابن حمزة الدمشقي (ت ٨٧٤ هـ / ١٤٦٩ م) (انموذجاً) أ.م.د. رائد أمير عبدالله الراشد
٥٨٤ - ٥٥١	عملية السلام في الشرق الأوسط ١٩٩١_١٩٩٣ وموقف الولايات المتحدة الامريكية منها م.د. محمود احمد خضر المعماري و م.د. عبد الرحمن جدوع سعيد التميمي
٦١٤ - ٥٨٥	الحوليات السريانية مصدرا لدراسة تاريخ الموصل في فترة الاحتلال المغولي (تاريخ الزمان) لابن العبري أنموذجاً (ت ٦٨٥ هـ / ١٢٨٦م) م.د. هدى ياسين يوسف الدباغ
٦٤٠ - ٦١٥	إسهامات علماء حصن كيفا في الحركة العلمية من مطلع القرن السادس حتى أواخر القرن التاسع للهجرة/ الثاني عشر - الخامس عشر للميلاد م.د. نشوان محمد عبدالله م.د. قيس فتحي احمد
٦٥٨ - ٦٤١	الأديب عفيف الدين علي بن عدلان الموصلية (ت ٦٦٦هـ / ١٢٦٧م) دراسة في سيرته العلمية م.د. حنان عبد الخالق علي السبعواوي

٦٨٨ - ٦٥٩	معوقات المرأة العاملة المتزوجة منذ عام ٢٠٠٣ دراسة ميدانية في معمل الألبسة الجاهزة / ولدي / في مدينة الموصل أ.م.د. جمعة جاسم خلف
٧١٦ - ٦٨٩	الاثار النفسية والاجتماعية للموضة (بحث ميداني في مدينة الموصل) م. ابتهاج عبد الجواد كاظم
٧٥٢ - ٧١٧	حقوق الانسان لدى ابرز مفكري العقد الاجتماعي دراسة اجتماعية - تحليلية م. ريم أيوب محمد
٧٨٦ - ٧٥٣	الثقافة الصحية للأسرة وأثرها على عملية التنمية الاجتماعية دراسة ميدانية في مدينة الموصل م. هناء جاسم السبعاعي

الثقافة الصحية للأسرة وأثرها على عملية التنمية الاجتماعية

دراسة ميدانية في مدينة الموصل

م. هناء جاسم السبعوي*

تأريخ القبول: ٢٠١٨/١/٢٤

تأريخ التقديم: ٢٠١٨/١/٢

المقدمة

من المسلم به إن التطورات والاكتشافات العلمية الحديثة لا يمكن أن يكون لها الدور الفاعل في تحسين الأحوال الصحية للأفراد ما لم تكن هناك مشاركة فعالة من قبل الناس أنفسهم في الحفاظ على حياتهم والنهوض بالواقع الصحي لمجتمعهم، فالصحة السليمة تعد واحدة من الأهداف التي تسعى المجتمعات جاهدة إلى تحقيقها وصولاً إلى تحقيق تنمية اجتماعية مستدامة، وهذا يستدعي وجود قناعة راسخة من قبل أفراد المجتمع كافة في هذا الاتجاه ، وهذا لن يتحقق إلا من خلال التوعية والثقافة الصحية المجتمعية كونها خطوة أولى.

والأسرة تعد من أهم المؤسسات ذات التأثير الفعال في المجتمع، تقع على عاتقها مسئولية تثقيف أفرادها بشأن أهم المشاكل الصحية وطرائق الوقاية منها وذلك للارتقاء بمستواهم الصحي وتحسين نوعية حياتهم، فسييل بقاء الإنسان في صحة وحيوية لا يتم إلا من خلال انتشار ثقافة ووعي صحي أسري، فالأسرة تعد من المناشط الأساسية والمؤثرة في تغيير التوجهات السلوكية لأفرادها وتبني سلوكيات جديدة لهم، من خلال تزويد الفرد بقدر أساسي من الوعي والمعرفة الصحية التي تمكنهم من الحفاظ على صحتهم عن طريق توجيههم وتثقيفهم وتوعيتهم في إتباع العادات الصحية السليمة وإدراك ما يهددهم من أخطار تمس صحتهم، لتصبح فيما بعد تلك الممارسات سلوكيات يومية يمارسها الفرد في حياته مما يؤدي بالتالي إلى تقليل المخاطر الصحية المختلفة ومنها على سبيل المثال الاهتمام والمتابعة المستمرة بالتغذية المتوازنة والنظافة الشخصية واللياقة البدنية.....الخ، فكلما زاد وعي الأفراد داخل الأسرة انعكس ايجابياً على تقدم

* مركز دراسات الموصل .

المجتمع وتطوره فالحياة تنمو وتزدهر بالصحة، وعلى العكس من ذلك فإنه في حالة غياب هذا الوعي الأسري الصحي فإن إرتدادات ذلك سوف يكون على المجتمع برمته والبيئة المحيطة به.

وقد تناول البحث هذا الموضوع بأربعة مطالب، تناول المطلب الأول منه الإطار المنهجي، في حين سلط المطلب الثاني الضوء على اثر الثقافة الصحية للأسرة في التنمية الاجتماعية، في حين جاء الثالث تحت عنوان مصادر حصول الأسرة على المعلومات الصحية، وأختتم المطلب الرابع الجانب الميداني للبحث إذ تم عرض نتائج استمارة الاستبانة وتحليلها ومن ثم تقديم خلاصة لنتائج البحث تلاها أهم التوصيات والمقترحات.

المبحث الأول/ الإطار المنهجي للبحث

تحديد مشكلة البحث:-

تعد الصحة إحدى الروافد الأساسية في عملية التنمية الاجتماعية بل يمكن اعتبارها المفتاح الرئيس لها ولأفراد المجتمع خصوصاً إذا توافرت لدى هؤلاء الضروريات اللازمة للتمتع بالصحة الجيدة، فكلما كان المجتمع خالياً من الأمراض كانت المردودات الايجابية كبيرة في إعداد كوادر عاملة تتمتع بقدرات بدنية ونفسية مهيأة لكي تؤدي دوراً بارزاً وإيجابياً في العملية التنموية للمجتمع .

ومن هنا يأتي دور الثقافة الصحية للأسرة بوصفها إحدى القنوات المتاحة بل وحجر الزاوية في تعزيز التغيير الايجابي لسلوك الفرد، فشعار الصحة للجميع يرتكز أساساً على درجة ثقافة ووعي الأسرة الصحي قبل اعتماده على الانجاز الطبي، فدور الأسرة يبدأ في التأثير الفعال على سلوكيات أبنائها بتنقيف أفرادها وإشعارهم بمسؤولياتهم تجاه صحتهم، وضرورة ممارستهم للعادات الصحية الجيدة ، وكذلك متابعتهم باستمرار ونشر التوعية والثقافة الصحية بينهم وحثهم على الابتعاد عن أي عمل يضر بصحتهم ورعايتهم في مختلف المجالات كالتغذية السليمة وتشجيع ممارسة اللياقة البدنية والاهتمام بالنظافة الشخصية والعامة والامتنال لأوامر الطبيب....الخ وهذا يتم عن طريق غرس وتزويد أفرادها بالمفاهيم الصحية السليمة وكذلك إدخال تغييرات في الأنماط الحياتية للأفراد في العديد من الممارسات الحياتية اليومية وذلك من أجل أن ينعم الجميع بحياة

صحية جيدة. وبناء على ما تقدم فقد ذهب البحث الى اختيار الثقافة الصحية للأسرة الموصلية كنموذج بحثي في توضيح أثر الثقافة الصحية الأسرية على عملية التنمية الاجتماعية.

أهداف البحث:-

يهدف البحث التعرف على مستوى الثقافة الصحية للأسرة الموصلية وأثرها على عملية التنمية الاجتماعية فيما يتعلق بمجالات التغذية السليمة، المجال الطبي، الصحة العامة، اللياقة البدنية.

أهمية البحث: تتجلى أهمية البحث بما يأتي:-

- ١- ربط موضوع الثقافة الصحية بموضوع التنمية الاجتماعية.
- ٢- شيوع العديد من الأمراض والمشكلات الصحية في المجتمع وهي عادة ما تكون ناتجة من السلوك البشري الخاطئ من الناحية الصحية في العديد من الممارسات الحياتية اليومية في مجتمعنا، والحاجة إلى تغيير وضبط تلك التصرفات والعادات الصحية وتوجيهها نحو المسار الصحيح من خلال إتباع الأنماط السلوكية الصائبة.

نوع البحث ومنهجيته:-

يعد هذا البحث من البحوث الوصفية التحليلية التي تعتمد على جمع المعلومات وتفسيرها، وانسجاماً مع طبيعة البحث الحالي فقد اعتمدنا منهج المسح الاجتماعي لمجتمع البحث (الأسرة الموصلية) عن طريق العينة منهجاً له.

أدوات البحث:-

لجأت الباحثة إلى الاستبيان كونه أداة رئيسة لجمع المعلومات من مجتمع البحث (الأسرة الموصلية) حيث وضعت فقراته بالشكل النهائي بعد أن تم عرضه على مجموعة من الخبراء في علم الاجتماع لتقويمه*.

* الخبراء هم: ١- د خليل محمد الخالدي/أستاذ/ كلية الآداب / قسم الاجتماع.

٢- د علي خضر المعماري/ أستاذ مساعد/ كلية الآداب/ قسم الاجتماع.

٣- د عبد الفتاح محمد فتحي/ أستاذ مساعد/ كلية الآداب / قسم الاجتماع.

٤- موفق ويسبي محمود/أستاذ مساعد/ كلية الآداب / قسم الاجتماع.

٥- د حارث حازم أيوب/ أستاذ مساعد/ كلية الآداب / قسم الاجتماع.

العينة:-

تم اختيار عينة عرضية من مجتمع البحث بلغ عددها (١٢٠) أسرة موصلية، إذ وزع الاستبيان على أرياب وريات الأسرة الموصلية للإجابة عليها.

مجالات البحث:-

المجال البشري:- أرياب وريات الأسرة الموصلية والبالغ عددهم (١٢٠) مبحوثاً.

المجال المكاني:- مدينة الموصل.

المجال الزمني:- ٢٠١٣/١٢/١ لغاية ٢٠١٤/٣/١.

الأساليب الإحصائية

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{الجزء}}{\text{الكل}} \times 100$$

$$\text{الوزن الرياضي} = \frac{ك_د \times ٤ + ك_١ \times ٣ + ك_ر \times ٢ + ك_ق \times ١}{٤ \times ن} \times 100$$

ك_د / تكرار دائماً ك_أ / تكرار أحياناً ك_ر / تكرار نادراً ك_ق / لا أقوم بذلك

ن / حجم العينة

تحديد المفاهيم والمصطلحات العلمية:-

الثقافة:- هي درجة التقدم التي بلغها الفرد في المعارف العامة والسلوك الاجتماعي للنسق^(١).

الثقافة الصحية:- عملية ترجمة الحقائق الصحية المعروفة إلى أنماط سلوكية صحية سليمة على مستوى الفرد والمجتمع بهدف تغيير الاتجاهات والعادات السلوكية غير السوية وكذلك مساعدة الفرد على اكتساب الخبرات وممارسته العادات الصحية الصحيحة^(٢).

(١) غافر عاقر، معجم علم النفس، ط٣، دار العلم للملايين، بيروت، ١٩٧٩، ص٨٤

(٢) احمد محمد بدح وآخرون، الثقافة الصحية، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ٢٠١٥، ص١٤.

أما تعريفنا إجرائياً: - مدى إلمام الفرد بالمعلومات والخبرات الصحية المتعلقة بصحتهم بغرض التأثير الفعال والصحيح على حياتهم من أجل تحقيق الوقاية والسلامة من الأمراض.

الصحة: - عرفت الهيئة العالمية الصحة حالة من اكتمال لياقة الشخص بدنياً وعقلياً واجتماعياً، ولا يقتصر على مجرد انعدام المرض أو الداء^(٣).

أما تعريفنا إجرائياً: - شعور الفرد بالراحة لخلوه من الأمراض وقدرته على أداء أدواره الاجتماعية بحيوية وفاعلية الأسرة: - المكان الذي يولد فيه الفرد ويتلقى داخل ايطارها التنشئة الاجتماعية^(٤)

أما تعريفنا إجرائياً: - الوسط الذي يعيش فيه الفرد ويؤثر فيها ويتأثر بها. **التنمية الاجتماعية:** - وقد عرفت الجامعة العربية بأنها الجهود التي تبذل نحو تنمية الموارد البشرية ورفع المستوى النوعي للمواطنين وتشمل بذلك كل ما يؤثر في تحسين مستوى الموارد البشرية صحياً وتعليمياً وجسمانياً وعقلياً وروحياً وسلامة قيمهم واتجاهاتهم المرغوبة وتهيئة الظروف الاجتماعية الملائمة لتحقيق سلامة صحتهم العقلية والبدنية^(٥) وعرفها الدكتور محمود الكردي: - هدف معنوي لعملية ديناميكية تتجسد في إعداد وتوجيه الطاقات البشرية للمجتمع عن طريق تزويد الأفراد بقدر من الخدمات الاجتماعية والعامّة كالتعليم والصحة والإسكان والمواصلات... الخ بحيث يتيح لهم هذا القدر فرصة الإسهام والمشاركة في النشاط الاجتماعي والاقتصادي المبذول وذلك لتحقيق الأهداف المجتمعية المنشودة^(٦).

أما تعريفنا إجرائياً: - عملية تكوين اتجاهات صحية سليمة لدى أبناء المجتمع عن طريق الوسائل المادية والمعنوية لتمكينهم من أداء أدوارهم بنجاح وفاعلية.

المبحث الثاني/ اثر الثقافة الصحية للأسرة على عملية التنمية الاجتماعية

(٣) أيمن مزاهرة، الصحة والسلامة العامة، دار الشروق للنشر، عمان، ٢٠٠٠، ص ١٣.

(٤) محمد عاطف غيث، قاموس علم الاجتماع، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة، ١٩٧٩، ص ١٨٣.

(٥) نجم عبود وخولة خربيط خلف، السياسة الاجتماعية في العراق: دراسة نظرية وميدانية، المركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية، بغداد، ١٩٨٢، ص ٢٦.

(٦) محمود الكردي، التخطيط والتنمية الاجتماعية، دار المعارف، القاهرة، ١٩٧٧، ص ٩٨.

من أجل الارتقاء بنمط عيش صحي سليم هذا يتوقف إلى حد كبير على مدى إلمام الأسرة بالمعرفة الصحية التي تمكنهم في الحفاظ على صحتهم وذلك عن طريق إتباعهم القواعد الصحية السليمة في حياتهم اليومية في العديد من المجالات منها الاهتمام بالتغذية السليمة، اللياقة البدنية، المجال الصحي وهذا الإدراك للأسرة في تلك الجوانب سوف ينعكس ايجابياً على تطور المجتمع وتقدمه وهذا ما نتناوله في هذا المبحث.

أولاً:- الثقافة الصحية للأسرة في مجال التغذية

تمثل الصحة جانب مهم من جوانب الإنسان، وإذا لم نتعلم كيف نكون أصحاء فلن نتمكن من التمتع بحياة سعيدة، والصحة مسألة تهما جميعاً ولا تخص الأطباء وحدهم فهي تقع على عاتق الأسرة.

فالصحة لا تعني مجرد الصحة البدنية بل تعني أيضاً التمتع بذهن ذكي نشيط وحياة سعيدة وهذا يتوقف على العديد من الأمور منها التغذية الجيدة المناسبة لمرحلة نمو الإنسان والالتزام أيضاً بعبادات صحية غذائية سليمة^(٧)، فالتغذية السليمة تعد من المتضمنات المهمة للتنمية البشرية، لأنها تتحكم وتؤثر بعناصر المجتمع الاقتصادية والاجتماعية والعلمية والثقافية عن طريق تأثيرها على الصحة ونشاط الفرد والمجتمع^(٨)، فالغذاء بما يحويه من عناصر غذائية يساعد على نمو الجسم وبنائه كما يساعد على إنتاج الطاقة الحرارية اللازمة لحيوية الجسم ونشاطه، وقد أوصت العديد من الدراسات والأبحاث العلمية إلى ضرورة احتواء الوجبات الغذائية على الكميات والنوعيات اللازمة لبناء وحماية الجسم، لان الجسم يحتاج إلى الغذاء المتوازن لكي يكون صحيحاً، فالخلل الذي يحدث في التغذية سواء كان اسرافاً او مجاعة يعرض الجسم الى الامراض والعلل والاضطرابات العديدة فيجب الاعتدال في نوعية وكمية الغذاء، فالغذاء الجيد كما ونوعاً له اهمية كبيرة في بناء جسم الانسان فهناك علاقة وثيقة بين الحالة الصحية والغذائية

(٧) رضا مسعد الجمال، "برنامج لتنمية الوعي الغذائي الصحي لأطفال الحضانة وعلاقته بقدرتهم على الانتباه والتركيز"، مجلة الطفولة والتنمية، مجلد ٤، عدد ١٤، ٢٠٠٤، ص ٣١.

(٨) إبراهيم مراد مصطفى الدعمة، التنمية البشرية والنمو الاقتصادي في أقطار مختارة مع إشارة خاصة للأردن، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الإدارة والاقتصاد، قسم الاقتصاد، جامعة الموصل، ٢٠٠١، ص ٨٧.

للإنسان^(٩)، فبالصحة الجيدة تتحسن المعيشة وترتفع كفاءات أفراد المجتمع مما يؤدي إلى زيادة الإنتاجية والقوة الاقتصادية للأفراد فضلاً عن تحسين صحة الفرد وشعوره بالسعادة والرضا ومن ثم يؤدي إلى حسن تكيفه واستقراره^(١٠)، وقد أثبتت الدراسات العلمية إن الحالة الغذائية للإنسان تؤثر في مدى إمكانيات قيامه بالعديد من مهماته وأعماله مثل المقدرة على العمل والتفكير والقدرات العقلية.

وعلى الرغم من الفوائد العظيمة للغذاء فهو في الوقت نفسه يعد من المشاكل الصحية الرئيسية، حيث أثبتت الدراسات إن سوء التغذية ترجع أسبابها إلى العادات الخاطئة^(١١)، فكثير من الناس يتجاهل هذه العلاقة والتي تكون لها نتائج وعواقب وخيمة وخطيرة على الكثير من الأمراض والعلل والاضطرابات^(١٢) منها مثلاً الاعتماد على الوجبات الغذائية الغنية بالسعرات الحرارية والمحتوية على كميات عالية من الدهون... وهذا سيكون له تبعات سلبية على صحة الأفراد^(١٣)

وقد اثبت بعض العلماء أمثال ريكشي إنَّ هناك علاقة وثيقة بين سوء التغذية وعملية اختلال التعلم وعدم التطور العقلي السليم، كما أن معظم الباحثين أشاروا في هذا المجال إن سوء التغذية يؤدي إلى إعاقة مقدرة الأطفال على التعلم ويضعف من تحصيلهم العلمي بالدراسة^(١٤).

وبناءً على ذلك فإن نقص الوعي الغذائي للأسرة يعد من العوامل المؤثرة على الحالة الغذائية في المجتمع فلا يكفي أن يكون الشخص قادراً على توفير الغذاء إذا كان لا

(٩) جاسم محمد جندل، صحتنا في غذائنا، بدون جهة نشر، ٢٠٠٧، ص ٦٨.

(١٠) أبرار يحيى إمام محمود، وعي السيدة السعودية في تداول وتحضير الطعام الصحي في المنزل، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، قسم التغذية وعلوم الأطعمة، جامعة الملك عبد العزيز، المملكة العربية السعودية، ٢٠٠٨، ص ٣٠١.

(١١) سليمان بن ناصر الشهري، تقييم برنامج التوعية الصحية والغذائية للطالبات في مرحلة المراهقة في المملكة العربية السعودية، مركز البحرين للدراسات والبحوث، البحرين، ٢٠٠٠، ص ١٣.

(١٢) جاسم محمد جندل، مصدر سابق، ص ٦٨.

(١٣) هزاع بن محمد الهزاع، "النشاط البدني وعلاقته بصحة الناشئة في مجتمعات خليجية متغيرة"، المجلة العربية للغذاء والتغذية، عدد ٨، ٢٠٠٣، ص ٤.

(١٤) سليمان بن ناصر الشهري، مصدر سابق، ص ١٣.

الثقافة الصحية للأسرة وأثرها على عملية التنمية الاجتماعية دراسة ميدانية في مدينة الموصل م. هناء جاسم السبعوي

يعرف اختيار الأغذية المناسبة لاحتياجاته اليومية ومدى ملاءمته لحالته الصحية والفسولوجية، فمستوى معرفة الأسرة بالصحة الغذائية للأغذية المختلفة وطريقة إعدادها وحفظها^(١٥) ضرورية وذلك من أجل المحافظة على صحتهم وهذا يرتبط إلى حد كبير بدرجة ثقافتهم ووعيهم لاختيار السلوك الصحي السليم من خلال تعزيز وتغيير العادات والممارسات الغذائية داخل الأسرة بهدف الارتقاء بنوعية الحياة والقضاء أو التخفيف من الممارسات السلبية^(١٦).

ومن هنا تقع المسؤولية على الأم خصوصاً فهي مدرسة ولها دور حيوي ومؤثر على نمو الاستهلاك الغذائي وطرق اختيار الأطعمة والمأكولات لأفراد الأسرة مما ينعكس على حالتهم الغذائية والصحية، فالمرأة تقوم بدور كبير في الأسرة ولعل أهم أدوارها داخل المنزل هو شراء الغذاء الصحي لأفراد أسرتها^(١٧) فضلاً عن تعلم أبناءها من خلال شرح الإرشادات الصحية والوقائية للأغذية مع بيان الأضرار من الأمراض وما تسببه للإنسان من أخطار وكيفية الوقاية منها وأهمية التحصين وإتباع العادات والتقاليد الصحية السليمة^(١٨).

ثانياً: - الثقافة الصحية للأسرة في المجال الرياضي

تشير تقارير منظمة الصحة العالمية إلى أن نسبة الوفيات الناجمة عن أمراض غير معدية تصل إلى ٦٠% من مجموع الوفيات وكان من أهم الأسباب هي عدم ممارسة الرياضة، فالرياضة من الأمور المهمة لحياة صحية منظمة^(١٩) وذلك لوجود علاقة بين مختلف مكونات اللياقة البدنية والصحة وان اداء التمارين البدنية بصورة

(١٥) أبرار يحي إمام محمود، مصدر سابق، ص ٣.

(١٦) محمد بشير شريم، الثقافة الصحية، مطبعة السفير، الأردن، ٢٠١٢، ص ٤٠.

(١٧) أبرار يحي إمام محمود، مصدر سابق، ص ٣.

(١٨) جاسم محمد جندل، مصدر سابق، ص ٦٤-٦٥.

(١٩) ياسين علوان، "الرياضة وأهداف التنمية الاجتماعية"، مجلة علوم التربية الرياضية، جامعة بابل، مجلد

٥، عدد ٢، ٢٠٠٦، ص ١٤٤.

منظمة له علاقة وطيدة بتقليل اخطار الاصابة بالأمراض^(٢٠) مما يسهم في صحة الجسم العقلية والبدنية فالعقل السليم في الجسم السليم

وهنا يبرز الدور الايجابي للثقافة الصحية للأسرة في الوقاية أولاً أي منع حصول المرض ومن ثم التخفيف من حدة المرض^(٢١)، فالأسرة بوصفها وحدة أساسية تعنى على تطوير وتنظيم وتطبيق السلوك الصحي لأفرادها^(٢٢) سيما وان الهدف منه رفع المستوى الصحي للأفراد بصفة عامة مما يؤدي إلى زيادة الإنتاج والوفر في الإنفاق العلاجي وهذا يتم عن طريق تنقيف أفرادها وإثارة وعيهم لغرض تغيير سلوكهم وعاداتهم في الانتظام بالتدريب على الأنشطة الرياضية من خلال غرس وتدعيم الجانب الصحي الذي يشتمل على جانب أساسي والممثل بالثقافة الصحية التي تشتمل على إكساب المعلومات والمعارف الصحية وترجمتها إلى أنماط سلوكية يومية بهدف الارتقاء بصحة الأفراد في المجتمع^(٢٣) وذلك من اجل الوصول إلى هدف التنمية الأساسي والمتمثل في بناء مجتمع الرفاهية المنشود الذي يتصدر أهدافه بناء انسان سليم خالي من الامراض قادر على الانتاج بصورة طبيعية ويمتلك من القابليات ما تمكنه من الخلق والإبداع^(٢٤)، وهذا ما أثبتته كثير من الأبحاث والدراسات أهمية الرياضة البدنية وتأثيرها الايجابي على الصحة^(٢٥)، فالرياضة لها دورها في المحافظة على لياقة الجسم ورشاقته، وممارستها بطريقة منتظمة يعود بالنفع الكبير على صحة الجسم وحيويته، فالرياضة تساعد على

(٢٠) عماد عبد الحق وآخرون، "مستوى الوعي الصحي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية وجامعة القدس"، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية) مجلد ٢٦، عدد ٤، ٢٠١٢، ص ٩٤٠.

(٢١) محمد بشير شريم، مصدر سابق، ص ١١٠.

(٢٢) سعاد الدراجي وآخرون، المدخل إلى تمييز صحة المجتمع، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد ١٩٨٨، ص ٦٣.

(٢٣) عماد عبد الحق وآخرون، مصدر سابق، ص ٩٤٠-٩٤١.

(٢٤) عبدالله محمد بندر، التنمية الاقتصادية وأثرها في إشباع الحاجات الأساسية في العراق للفترة ١٩٦٠-١٩٨٠، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الادارة والاقتصاد، قسم الاقتصاد، جامعة المستنصرية، ١٩٨٧، ص ٧٣.

(٢٥) أمل الجور، أنماط الحياة الصحية، وزارة الصحة، قسم التنقيف الصحي ، البحرين

الثقافة الصحية للأسرة وأثرها على عملية التنمية الاجتماعية دراسة ميدانية في مدينة الموصل م. هناء جاسم السبعوي

حرق المزيد من السعرات الحرارية بالجسم وتحافظ على المستوى المطلوب لوزن الجسم وتحسن المظهر العام كما إنها تقلل من احتمالات الإصابة بعدد من الأمراض العصرية المختلفة^(٢٦)، ومن البديهي أن تعنى الأسرة في الاهتمام بالرياضة فممارسة الأنشطة الرياضية جزء رئيسي من الوقاية والوقاية خير من العلاج.

فممارسة الأنشطة الرياضية إلى جانب الاستفادة بها في الجانب الفسيولوجي لها تأثير ايجابي في تطور قدرات ومهارات الفرد وتوسع مداركه من خلال العملية التعليمية وتزيد من نشاطهم فضلاً عن تشجيع قيماً عديدة كالثقة بالنفس وروح الجماعة والتواصل والاندماج والانضباط والاحترام والمحبة الى جانب المكاسب النفسية في التخلص من الكآبة وتحسين التركيز سعياً في الوصول الى تحقيق التنمية واهدافها في الاهتمام بالإنسان واعداده السليم الخالي من الامراض حتى يصبح قادراً على الانتاج والتفاعل المتوازن داخل المجتمع^(٢٧)، وعلى العكس من ذلك فأن الخمول البدني يقود إلى تأثيرات سلبية عديدة على صحة الإنسان وعلى وظائف أجهزة الجسم المختلفة مما يضعف حيوية الأفراد في الإنتاج والخلق والإبداع.

ثالثاً:- الثقافة الصحية للأسرة في المجال الصحي وقد قسم إلى عدة مجالات.

أولاً:- في المجال الطبي

من البديهي ان واجب الطب هو الوقاية وعلاج المرض، وان يخفف الالام ويمنع من الموت، وهذه حلقة اساسية في تنظيم المجتمع البشري فكما هو معلوم ان المرض يؤثر في كل الناس بدرجات متفاوتة، فهو لا يخضع لنظام معين، ويتفاوت في درجاته من شخص لأخر ويحبذ الافراد النظر الى المرض من خلال منظوماتهم الثقافية^(٢٨)

^(٢٦) أمان محمد اسعد، الثقافة الصحية، دار الفجر للنشر والشروق، القاهرة، ٢٠٠٨، ص ١٩.

^(٢٧) مها بدر، "النشاط البدني والرياضي وأثره على الأسرة صحياً واجتماعياً

<http://www.tishreen.news.sy/tishreen/public/read/180503>

^(٢٨) عبد الفتاح محمد فتحي، "العشوائية في تناول الأدوية ومخاطرها على صحة المجتمع/ دراسة اجتماعية ميدانية"، مجلة العلوم الاجتماعية، الجمعية العراقية للعلوم الاجتماعية، جامعة بغداد، عدد ١، ٢٠١٠، ص ٤٣٢-٤٣٣.

ومعلوماتهم وطريقتهم في الإدراك، فهناك تباين في طريقة التعامل مع الحالة الصحية للمرضى.

فهناك من المرضى يسوقه الجهل إلى إهمال مرضهم ربحاً من الزمن فلا داعي إلى مراجعة الطبيب واستشارته لأنه يدعي لديه خبرة في الدواء، كما إن البعض يلجأ إلى الصيدلية لشراء دواء معين كان قد تناوله سابقاً أو سمع عنه من صديق، أو يشرح ما يعاني به من ألم أو مرض لهذا الصيدلي، تهرباً من الذهاب إلى عيادة الطبيب تجنباً لدفع كسفية العلاج، وحتى على مستوى النساء والأمهات فبعضهن يلجأن إلى تقديم النصائح باستخدام دواء معين كان قد وصفه الطبيب أو الطبيبة لحالتها، فتجدها تتصح زميلاتها بعدم مراجعة الطبيب أو المستشفى، والاكتفاء بوصفتها^(٢٩) وهناك من الأمهات يقمن بدور الطبيب عندما يمرض أطفالهن، وذلك من الخبرة التي تكسبها عند إصابة طفلها بالحرارة..... الخ حيث تكون ادوية علاج هذه الحالات المرضية معروفة للام، إلا انه يحبذ فحص الطبيب للطفل لزيادة الأمان، فتظن بعض الأمهات انه ليس من الضرورة العودة إلى الطبيب في حالة مرض الطفل مرة أخرى، لان وصفة العلاج السابقة هي كافية لمعاودتها، وغيرها من السلوكيات الصحية التي تمارسها الاسرة والتي انتشرت على مستويات اجتماعية متعددة ، فلا ترتبط بمستوى اجتماعي معين وإنما أصبحت شبه عادة عند كثير من افراد المجتمع^(٣٠).

فكل ما تقدم من مظاهر عشوائية في التعامل مع المرض تمثل سلوكاً اجتماعياً لا يعود بالضرر على فرد معين بل على المجتمع بأكمله ومؤسساته المجتمعية وخطه التنموية لان الإنسان هو الغاية الأسمى في عملية بناء المجتمع فبدونه يفقد المجتمع ديمومته ومبررات وجوده^(٣١)، وهنا تؤدي الثقافة الصحية للأسرة دوراً محورياً بمراحل الصحة والمرض بوصفها وحدة أساسية لها دورها في تقرير متى وأين تحتاج للرعاية الصحية لأفراد أسرتها فالجانب الأكبر من الممارسة الطبية للأسرة ينطوي من خلال إدراكها مسؤولياتها في العناية بصحة أفرادها حيث لها الدور الكبير في المشاركة بالتوعية

(٢٩) عبد الفتاح محمد فتحي، مصدر سابق، ص ٤٢٥.

(٣٠) المصدر نفسه، ص ٤٣٣.

(٣١) المصدر نفسه، ص ٤٢٤.

الثقافة الصحية للأسرة وأثرها على عملية التنمية الاجتماعية دراسة ميدانية في مدينة الموصل م. هناء جاسم السبعوي

الصحية وضرورة غرس القيم الصحية التي تتعلق بصحة أفرادها كذلك تعلم أبنائها العادات الصحية والطبائع الصحيحة التي تكون نافعة للحفاظ على صحتهم منها الحرص على التواصل مع الطبيب في الوقت المناسب وان تدرك مواعيد اللقاحات للأطفال والقيام بالفحوصات الطبية بشكل دوري^(٣٢).

ومن جانب آخر فإن الثقافة الصحية للأسرة لا تتوقف على الأمور الأئفة الذكر بل قد تواجه الأسرة الكثير من المشاكل الصحية الأخرى، وهذا يتطلب منها أن تكون على علم ودراية بأمور أخرى منها الإسعافات الأولية وأن تعمل الأسرة على توعية الأفراد للعناية بأمنهم وسلامتهم الشخصية حتى يستطيعوا تجنب المخاطر والحوادث الفجائية، واتخاذ القرارات الكفيلة بتقليل نسبة الإصابات في حال وقوع الحوادث سواء في المنزل أو المدرسة أو الشارع ويشمل إسعاف النزف، الحروق، التسمم، اللدغات..... الخ^(٣٣)، فمعرفة الأسرة للإسعافات الأولية بالطريقة السليمة قد يساعدها في إنقاذ الآخرين من خلال كيفية التصرف الفوري أو تقديم العناية المؤقتة التي تقدمها للشخص المصاب أو في حالة مرض مفاجئ، انتظارا للمساعدة الطبية او حينما تتأخر او في حالة عدم وجودها^(٣٤).

ثانياً: - في مجال الصحة العامة

من الأمور المسلم بها إن النظافة الشخصية تعني تمتع الشخص بالصحة والسلامة الجسمية والعقلية، وذلك بأن يخلو من الآفات المرضية ومن العاهات، وان يتمتع بصحة جسمية ويسلامة قواه العقلية^(٣٥)، فنظافة الجسم والأسنان أمور بديهية للمحافظة على الصحة العامة ونظافة الطعام والشراب خير وسيلة لمنع التسممات الغذائية والأمراض

^(٣٢) سعاد الدراجي، مصدر سابق، ص ٦٨.

^(٣٣) حاتم يوسف أبو زيادة، فعالية البرنامج بالوسائل المتعددة لتنمية المفاهيم والوعي الصحي في العلوم لدى طلبة الصف السادس الأساسي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، قسم المناهج وتكنولوجيا التعليم، الجامعة الإسلامية-غزة، ٢٠٠٦، ص ٢٦.

^(٣٤) محمد هاني وسلّمى فؤاد، إرشادات الصحة العامة من أجل حياة صحية، القاهرة، ٢٠٠٧، ص ٧٢.

^(٣٥) أيمن مزاهرة، مصدر سابق، ص ٣٥.

المعدية والمنقولة عن طريق الطعام^(٣٦) حيث تشكل تلك الممارسات الصحية تأثيراته على الفرد ليكون قادراً على حسن التصرف والتكيف مع المجتمع والبيئة التي يعيش فيها وبالتالي يستطيع القيام بدوره في المجتمع على أكمل وجه^(٣٧)

وكما إن نظافة البيئة من العوامل الرئيسية للمحافظة على صحة المجتمع بشكل عام، وصحة المجتمع تبدأ بصحة الأسرة والبيت مكان عيش الأسرة يجب أن يعطى الكثير من الاهتمام لان النظافة جزء رئيسي من الوقاية^(٣٨)، فمن واجب الأسرة إدراك مسؤولياتها اتجاه أفرادها ومنها توفير المسكن الصحي ونظافته الذي يعد من أهم دعائم الصحة للإنسان لأنه يقضي معظم وقته داخله وهو المكان الذي يعيش فيه الإنسان وأسرته وينعم بالراحة والهدوء والسلامة البدنية والعقلية ويتمكن من أداء وظيفته الفسيولوجية^(٣٩) وله الكثير من الفوائد أهمها وقاية الاسرة من الأمراض المعدية وتسمح للأطفال باللعب في بيئة نظيفة معقمة وتضفي عليهم الراحة النفسية والطمأنينة وهذا يكون من خلال إتباع الأسرة للعديد من الأمور منها غسله يومياً وذلك بالاستعانة بالمطهرات لتطهير وتعقيم المنزل وتعريضه للهواء والشمس^(٤٠) لحماية أفرادها والحفاظ على صحتهم، وعلى العكس من ذلك فان عدم توفر مسكن صحي يؤثر بصورة مباشرة وغير مباشرة في زيادة نسبة الوفيات ونسبة الاصابة بالأمراض وخاصة المعدية منها فضلاً عن تقليل الكفاءة البدنية والعقلية، وقد أظهرت الدراسات المعتمدة التي أجريت في حقل صحة البيئة تعذر الحصول على أعلى مستوى للصحة في المناطق التي تنقصها ابسط شروط السكن الصحي وقد وجدت علاقة وثيقة بين توفر بيئة صحية سليمة والحالة الصحية للأفراد^(٤١)، وعليه فأن صحة الفرد تعتمد بشكل رئيسي على ثقافة الأسرة، فالمستوى الصحي للأسرة ومدى إلمامها ودرايتها بالعادات الصحية السليمة التي تسلكها في حياتها سواء أكانت على

(٣٦) أمل الجودر، مصدر سابق

(٣٧) أيمن مزاهرة، مصدر سابق، ص ٣٥.

(٣٨) المصدر نفسه، ص ٨٢.

(٣٩) سعاد الدراجي، مصدر سابق، ص ٢٧٧.

(٤٠) أيمن مزاهرة، مصدر سابق، ص ٨٢.

(٤١) سعاد الدراجي، مصدر سابق، ص ٢٧٧-٢٧٨.

مستوى النظافة الشخصية أو العامة تشكل المصباح المنير لخطوات التقدم والتطور الذي يشهده المجتمع في العديد من المجالات والتي تمكن الأفراد من منع انتشار الأمراض ومردودها السلبي على صحتهم خاصة من خلال إتباعهم لتلك الأسس الصحية السليمة.. ومن جانب آخر فإن هناك أمور صحية ينبغي للأسرة أن تكون على إلمام بها لكونها ترتبط بالحالة الصحية للفرد ومنها ساعات النوم والذي يعد من الوظائف الصحية التي تتعلق مباشرة بالحالة الصحية للإنسان، لأنه ببساطة وسيلة للراحة ويؤدي إلى تجديد الطاقة والنشاط وهو وقاية من الإجهاد وذلك للحد من استهلاك الطاقة بالتوقف عن النشاط لفترة محدودة ولفترات زمنية منتظمة، وقد أظهرت دراسات أجريت على أعداد كبيرة من الناس وجود علاقة مباشرة بين الاعتدال في النوم والحالة الصحية حيث أشارت الدراسة إن معدل الوفاة عالياً في الأشخاص الذين تقل فترات نومهم عن (٦) ساعات أو تزيد عن (١٠) ساعات يومياً، في حين وصلت إلى الحد الأدنى في الأشخاص الذين تتراوح نومهم بين (٧-٩) ساعات، وعليه الاعتدال في النوم دون إفراط أو تفريط يؤدي إلى الاحتفاظ بحالة متوازنة من الصحة البدنية والنفسية للفرد^(٤٢) وهذا يعكس ايجابياً على نشاطهم ومدى إسهامهم في العملية الإنتاجية.

المبحث الثالث / مصادر حصول الأسرة على المعلومات الصحية

الصحة مطلب عزيز لكل فرد من أفراد المجتمع ، فالصحة كانت ولا زالت هدفاً يسعى إليه كل فرد في المجتمع، ليبقى على حياته سليمة صحية خالية من الأمراض، وتتعدد مصادر المعرفة من عدة جهات منها وسائل الأعلام المختلفة والجماعات المرجعية والمدرسة والمطالعة الخارجية وهذا ما سنتناوله في هذا المبحث.

ثانياً:- وسائل الإعلام

إن لنشر التنقيف الصحي في كافة مجالاته بين أفراد المجتمع أهمية بالغة مرتبطة بحياة الإنسان وصحته وسلامته، فالإنسان لا يستطيع المحافظة على صحته إذا لم تكن لديه الثقافة والوعي الصحي اللازمان لذلك، لذا من الضروري بذل الجهود على

(٤٢) أمل الجودر، مصدر سابق

كافة المستويات لنشر التثقيف الصحي من خلال توعية أفراد المجتمع وتنمية شعورهم وإحساسهم في تعزيز الثقافة الصحية^(٤٣).

ووسائل الأعلام تستطيع القيام بذا الدور من خلال تكثيف برامج الثقافة الصحية من خلال وسائلها المختلفة المرئية والمسموعة والمقروءة والتي لها تأثير واضح وفعال على الإنسان وسلوكياته، فعليها يقع عبء كبير في تثقيف الجمهور واشعار كل فرد بمسؤوليته تجاه صحته وصحة من يرعاهم^(٤٤) فهي تتمتع بنفوذ قوي كبير في تغيير سلوك ونظرة وممارسة الناس، ولهذا فهي لا تخلو من خطورة إذ لم يرشد استعمالها، فالتلفزيون والمذياع جهازان قويان من أجهزة الإعلام ولهما مقدرة على تغيير السلوك، وبالإمكان استعمالهما في شتى مجالات وطرق التثقيف الصحي فمن خلالهما يمكن بث المحاضرات والندوات والعروض الإيضاحية، فضلاً عن الصحافة والتي تتمتع بنفوذ قوي على تشكيل آراء الناس وسلوكهم، حيث تستوعب الصحف اليومية والمجلات كثيراً من أساليب وطرق التثقيف الصحي فهي تنشر المحاضرة والمناقشة والقصة والحوار وغيرها من طرق التثقيف الصحي وتخصص أغلبها صفحات للتوعية الصحية وأعمدة للسؤال والجواب عن كل ما يتعلق بالصحة^(٤٥)، فضلاً عن شبكة الانترنت الواسعة التي شاع استخدامها من قبل الجميع مما جعل المعلومة في متناولهم متى أرادوا وأينما كانوا ليستثمروا الانفجار المعرفي الهائل في شتى مجالات الحياة المعاصرة^(٤٦)، فهذه الوسائل

(٤٣) نادية مصطفى العبدروس احمد، فاعلية وسائل التثقيف الصحي في بث ونشر المعلومات الصحية لبناء مجتمع المعرفة الصحي السوداني، المؤتمر ٢٣ للاتحاد العربي للمكتبات والمعلومات، الدوحة (قطر)، ١٨-٢٠ نوفمبر، ٢٠١٢، ص ١٧٦٣.

(٤٤) احمد ريان باريان، دور وسائل الإعلام في التثقيف الصحي للمرأة السعودية بمدينة الرياض/ دراسة ميدانية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الاداب، قسم الإعلام، جامعة الملك سعود، المملكة العربية السعودية، ٢٠٠٤، ص ١٩.

(٤٥) احمد ريان باريان، مصدر سابق، ص ٥٥.

(٤٦) مرح مؤيد حسن، " دور الأسرة الموصلية في التنمية الثقافية لأبنائها"، مجلة دراسات موصلية، مركز دراسات الموصل، عدد ٢٢، ٢٠٠٨، ص ٩٧.

الثقافة الصحية للأسرة وأثرها على عملية التنمية الاجتماعية دراسة ميدانية في مدينة الموصل م. هناء جاسم السبعوي
فعالة وتستطيع توفير المعلومات الصحية اللازمة والضرورية للأسرة من أجل الارتقاء
بمستواها الصحي وإكسابها السلوك الصحي السليم.

ثانياً: - الجماعات المرجعية

يتأثر سلوك الإنسان بالأفراد الآخرين بطرق مختلفة، وبدرجات متفاوتة وهؤلاء
الأفراد هم عادة ما يعتبرون مرجعا للفرد في السلوك والأفكار والقيم وهو ما يسمى
بالجماعة المرجعية^(٤٧) والتي تعنى بمجموعة من الأفراد يكون لهم تأثير في معتقدات
أفراد آخرين ومواقفهم وسلوكهم وقراراتهم وهي تقسم إلى ثلاث فئات منها الجماعات
الرسمية كجماعات الأحياء الصغيرة أو الكبيرة كالجمعيات الأهلية.... الخ وهناك فئة من
الجماعات غير الرسمية وترتكز غالباً على العلاقات الاجتماعية غير الرسمية مثل
الأصدقاء والجيران وغيرهم وهؤلاء قد يكون لهم تأثير واضح في بعض السلوكيات ومثال
ذلك تدخين السكائر بين الأصدقاء، إلى جانب ذلك هناك الجماعات الأولية وهذه
الجماعات توفر لأعضائها التفاعل والاتصال المباشر ومن أهمها الأسرة أو العائلة والتي
لها دور كبير في تشكيل معتقداتنا وأفكارنا وسلوكياتنا، ويعتبر الأب وألام من أهم
الأشخاص المؤثرين في هذه الجماعة وهم يمثلون القدوة لبقية أفراد الأسرة^(٤٨).

المطالعة الخارجية :-

يحتاج كل إنسان في أوقات مختلفة إلى نوع من المعلومات، والبعض من
المعلومات يمكن الحصول عليها من القراءة^(٤٩) فالقراءة والمطالعة هي مفتاح العلم كما
أنها أساس التربية والتعليم، إذ أظهرت الدراسات أن حوالي ٧٠% من المعلومات التي
يتعلمها الإنسان ترد إليه عن طريق القراءة أما الباقي فيتعلمه بالبحث والسؤال والتأمل
والتجربة.

^(٤٧) محمد الدغيم، الجماعة المرجعية وأثرها على الأفراد Anthro.ahlamontadad.net

^(٤٨) عبد الرحمن عبيد مصيقر، أسس التثقيف الغذائي، مركز البحرين للدراسات والبحوث، البحرين،
٢٠٠٠، ص ٥.

^(٤٩) محمد أمين البنهاوي، عالم الكتب والقراءة والمكتبات ، دار العربي للنشر والتوزيع، القاهرة، ١٩٨٤،
ص ٢١٥.

لذلك تعد المطالعة لها قيمة كبرى فهي عامل هام في دفع المجتمعات إلى الأمام تقدماً وتطويراً، فهي مركز للحياة الفكرية والثقافية في المجتمع المحيط والمحلي من خلال توفير ما هو ملائم من مصادر المعلومات المختلفة^(٥٠) ومن هنا برز الاهتمام بأهمية الكتاب والمطالعة وذلك لتعميم الثقافة ونشر الوعي لأن الكتاب كان ولا يزال أداة تواصل بين الأجيال والأمم، فهو يشكل الوسيلة الأساسية في تناقل المعرفة إضافة إلى دوره في التنشئة الاجتماعية للفرد وتوسيع آفاقها فالكتاب ثقافة وتوجيه، معرفة وتعليم^(٥١) فالمطالعة تسهم بشكل كبير في تنمية شخصية الفرد وإثراء حصيلته وتوسع المدارك و زيادة معرفته، وهذه المسؤولية بطبيعة الحال تقع على عاتق الأسرة ودورها في التشجيع على القراءة وان تبين لأبنائها القيمة الكبيرة للقراءة ، فتفعيل الأسرة لهذا الجانب سيكون له أثره الايجابي في التعامل بشكل صائب مع معطيات الحياة بمفاصلها المتنوعة من خلال تزويدهم بالمعلومات والحقائق النافعة في العديد من المجالات ومنها الجانب الصحي.

رابعاً:- المدرسة

ينظر إلى المدرسة على أنها من أفضل القنوات المتاحة لتعزيز الصحة، وقد ثبت للمهتمين بالصحة والتربية إن المدارس تمثل مكانا جيدا للتنقيف الصحي فهي توفر فرصة كبيرة لتعزيز الصحة في كل قطاعات المجتمع، والوقاية من المشكلات الصحية قبل حدوثها^(٥٢)

(٥٠) بشار التمام، دور المكتبة العامة في تشجيع المطالعة وتنمية الثقافة

<http://www.afnanculturaision.org/salon-kalimat/78.htm>

(٥١) sofiane loueif, books and libries in Algerin,Historical kan periodical,volume 6,issue:22,year 2013,page177-181

نقلا عن المكتبة الافتراضية العلمية العراقية

(٥٢) حسن بن محمد حسن، دور الإدارة المدرسية في تحقيق أهداف التربية الصحية لطلاب المرحلة الابتدائية بمدينة الطائف ، رسالة ماجستير غير منشورة في الإدارة التربوية والتخطيط، كلية التربية، قسم الإدارة التربوية والتخطيط، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية، ٢٠٠٨، ص١٥.

فالمدرسة تشكل بيئة فعالة للنهوض بصحة الطلبة وأسره، وصولاً بارتقاء المجتمع بأسره، فالاهتمام بصحة الطالب أثناء دراسته له بالغ الأهمية في حياته، فقد بينت العديد من الدراسات الاهتمام بالصحة وخصوصاً في مراحل النمو المبكرة، فهي تمارس دوراً مهماً في الحفاظ على صحة الطلبة، وتسعى إلى توجيههم نحو السلوك السليم لحياة صحية جيدة، وتقع على الإدارة المدرسية مسؤولية في متابعة العادات الصحية للطلبة والسلوك السليم في المدرسة ونشر الوعي الصحي بينهم^(٥٣) وتبصيرهم بضرورة العناية بصحتهم والحفاظ عليها، وتعريفهم بأحوالهم الجسمية وبمعنى الصحة ووسائل اكتسابها وبالتغذية السليمة وبكيفية الوقاية من الأمراض، وبالعادات الصحية والدراسية السليمة التي تحفظ الجسم والعقل، أي تقديم الخدمات الوقائية والعلاجية والتثقيفية لهم ويمكن أن يتم ذلك خلال المناهج الدراسية والأنشطة المتنوعة كالمحاضرات وعرض الافلام والنشرات والصحافة المدرسية... الخ^(٥٤) والتي من خلالها يتم بتريسيخ مجموعة متكاملة من المفاهيم والمبادئ التي تهدف بمجملها إلى تعزيز الوضع الصحي في المجتمع وتكوين اتجاهات وعادات صحية سليمة لدى الطلبة وبذلك يبرز دور المدرسة الايجابي من خلال برامجها وانشطتها المقدمة في الاستفادة من طلاب المدارس كمتقنين صحيين وكشاركين في تقديم العناية الصحية لإخوانهم الأصغر سناً ولأطفال المجتمع ككل وللاباء والأمهات من خلال نشاطات وقائية وعلاجية مبسطة تلائم الوضع المحلي يتم شرحها وتعليمها للتلاميذ بواسطة معلمهم بحيث ينقلونها إلى بيوتهم وعائلاتهم^(٥٥)، وهذا ما يسعى إليه التعليم في المجتمعات إلى تحقيق العديد من الأهداف ومن ضمنها الثقافة الصحية لطلبتها.

(٥٣) خالد الصرايرة وتركي الرشيد، "مستوى الصحة الدراسية في المدارس الابتدائية في دولة الكويت من وجهة نظر المديرات والمعلمات"، مجلة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، مجلد ٢٦، عدد ١٠،

٢٠١٢، ص ٢٣٠٧.

(٥٤) المصدر نفسه، ص ٢٣١٧.

(٥٥) احمد ريان باريان، مصدر سابق، ص ٥٧.

المبحث الرابع/ عرض وتحليل استمارة الاستبانة

من اجل التعرف على مدى معرفة وإلمام الأسرة فيما يتعلق بجانب الثقافة الصحية تم توزيع استمارة الاستبانة على عينة من الأسر في مدينة الموصل، وقد تضمنت استمارة الاستبانة الفقرات الواردة والتي تناولها بالوصف والتحليل ونبدأ بالبيانات العامة للمبحوثين.

جدول (١) يبين خصائص المبحوثين

الجنس	ذكر	أنثى	المجموع			
ك	٦٤	٥٦	١٢٠			
%	%٥٣,٣	%٤٦,٦	%١٠٠			
المهنة	أعمال حرة	موظف	ربة بيت	متقاعد	المجموع	
ك	٣٦	٥٩	١٦	٩	١٢٠	
%	%٣٠	%٤٩,٢	%١٣,٣	%٧,٥	%١٠٠	
الدخل الشهري	ضعيف	متوسط	جيد	المجموع		
ك	٢٠	٤٦	٥٤	١٢٠		
%	%١٦,٦	%٣٨,٣	%٤٥	%١٠٠		
التحصيل الدراسي	يقرأ ويكتب	ابتدائية	ثانوية	بكالوريوس	شهادة عليا	المجموع
ك	٨	١٤	٢٠	٤٦	٣٢	١٢٠
%	%٦,٦	%١١,٦	%١٦,٦	%٣٨,٨	%٢٦,٦	%١٠٠

أظهرت النتائج إن نسبة الذكور %٥٣,٣ يقابلها %٤٦,٦ من الإناث وهي نسبة متقاربة، أما عن المهنة فهناك تنوع في المهن مما يعكس لنا وجهات نظر مختلفة للمبحوثين في مستوى الثقافة الصحية لديهم فكانت نسبة %٤٩,٢ للموظفين تلاها مهنة الأعمال الحرة والتي جاءت نسبتها %٣٠، في حين احتلت ربة البيت %١٣,٣ وكانت نسبة المتقاعدين قليلة والتي تراوحت ب (%٧,٥)، أما عن الدخل الشهري فكانت أعلى النسب لذوات الدخل المرتفع ومما لاشك فيه إن للعامل الاقتصادي تأثيراً كبيراً في صحة الأفراد ومستوى معيشتهم في القدرة على الصرف والإنفاق على احتياجات الأسرة الرئيسية

الثقافة الصحية للأسرة وأثرها على عملية التنمية الاجتماعية دراسة ميدانية في مدينة الموصل م. هناء جاسم السبعوي

والثانوية والتي بلغت نسبتها (٤٥%) ، تلاها (٣٨,٣%) من ذوات الدخل المتوسط، في حين جاءت نسبة (١٦,٦%) لذوي الدخل الضعيفة

أما عن التحصيل الدراسي فقد تبين أن أعلى نسبة للتحصيل الدراسي للمبحوثين كانت لأصحاب الشهادات العليا والدراسة الجامعية مما يعكس ارتفاع المستوى التعليمي للعينة والتي تؤثر في نوعية الثقافة الصحية التي تحملها الأسرة الموصلية في كيفية تطبيقها للسلوكيات الصحية السليمة في حياتهم اليومية، تلاها الشهادة الثانوية أما نسبة الابتدائية أو معرفة القراءة والكتابة دون الحصول على الشهادة الابتدائية فهي نسبة قليلة.

جدول (٢) يبين مجالات الثقافة الصحية العالية الأسرة

ت	الفقرة	دائما	أحيانا	نادرا	لا أقوم بذلك	الوزن الرياضي
١	التخلص من النفايات بطريقة صحية	٧٦	٢٣	١٦	٥	٨٧,٥
٢	امتثل إلى توصيات الطبيب	٧٥	٣٠	٩	٦	٨٦,٣
٣	الالتزام بمواعيد اللقاحات الخاصة بالأطفال	٨٠	٢٠	١٢	٨	٨٥,٨
٤	استخدم المطهرات في تنظيف دورات المياه	٨٦	١٢	٨	١٤	٨٥,٤
٥	الاهتمام بالنظافة الشخصية والعامة	٨٣	١٣	٩	١٥	٨٤,٢
٦	غسل الفواكه والخضار بالمعقمات قبل أكلها	٦٨	٣٣	١٠	٩	٨٣,٣
٧	مراعاة أمور التهوية والإضاءة في المنزل	٧٨	١٦	١٤	١٢	٨١,٣
٨	امنع أفراد أسرتي من شراء الأطعمة والأكلات المكشوفة	٥٨	٤٠	١٣	٩	٨٠,٦

من خلال تحليل إجابات الباحثين فقد حصلت فقرة (التخلص من النفايات بطريقة صحية) على وزن رياضي ٨٧،٥، إن حرص الأسرة على التخلص الصحي من النفايات تعد خطوة ايجابية في الحفاظ على صحة المجتمع بصورة عامة، فالنظافة تعد جانب هام من جوانب الوقاية من الأمراض والتي تبدأ مسؤوليتها من البيت من خلال إتباعها الطرق الصحية للتخلص من النفايات منعا لانتشار الأضرار المرضية والأوبئة، فصحة البيئة ونظافتها سوف ينتج عنها بيئة نظيفة تضيء الشعور بالراحة والاسترخاء وبالتالي نضمن تطور المجتمع وسلامته. أما عن (امتثل إلى توصيات الطبيب) حصلت على وزن رياضي ٨٦،٣، إن السلوك الصحي السليم للمريض يتوقف إلى حد كبير بمدى وعي الفرد وثقافته في الجانب الصحي والتي تخلق الأنماط السلوكية السليمة ومنها درجة الانتظام والالتزام بنصائح وإرشادات الطبيب المتعلقة بالمرض وكيفية الوقاية منه والانتظام في تناول العلاج بشكل صحيح..... الخ والذي يكون لها تأثيرها الايجابي على درجة المرض والتخفيف من حدته ومضاعفاته، فاهتمام الأسرة لتلك التوجيهات من قبل الطبيب في إتباعهم الطرق المثلى للمحافظة على الصحة سيشارك في توفير مستوى صحي لائق ومن ثم تنعكس آثارها الايجابية في بناء مجتمع صحي خالي من الأمراض وهو حجر الزاوية في عملية التنمية والتطور في المجتمع. أما فيما يتعلق (الالتزام بمواعيد اللقاحات الخاصة بالأطفال) حصلت على وزن رياضي (٨٥،٤)، من المعلوم إن توفير الرعاية الصحية لأفراد الأسرة يتوقف إلى حد كبير على الأسرة من خلال مسؤولياتها اتجاه صحة أفرادها، فأول المتطلبات لبلوغ الصحة وجود التزام من قبل الأسرة وهذا الأمر يتوقف على درجة الوعي والثقافة الصحية للأسرة في خلق هذا الالتزام، فامتثال الأسرة في إجراء اللقاحات الضرورية للأطفال في الموعد المحدد من اجل وقاية الطفل من أي مرض قبل حدوثه دليل ايجابي على إدراكها لأهمية تلك الطاقات والتي تمثل مورد لا يقدر بثمن فهم يعدون مدخلاً مباشراً لتحسين عملية التنمية وذلك على اعتبار إن صحتهم تمثل ثروة الغد. وفيما يتعلق (استخدم المظهرات في تنظيف دورات المياه) فقد حصلت على وزن رياضي (٨٥،٨)، إن إدراك الأسرة للإجراءات الوقائية تعد من المسائل المهمة التي تتبعها الأسرة من اجل أن تؤمن لنفسها حياة صحية سليمة خالية من كل ما يضرهم من مخاطر الأمراض وذلك من خلال صيانتها المستمرة ومتابعتها لنظافة دورات المياه

بالمعقمات والمطهرات من أجل الحفاظ على مستوى صحة الفرد بوصفه من المطالب الأساسية في العملية التنموية، أما عن (الاهتمام بالنظافة الشخصية والعامة) فقد حصلت على وزن رياضي (٢، ٨٤)، إن اهتمام الأسرة بهذا الجانب يعطي مؤشرا ايجابيا على درجة وعي الأسرة وإدراكها في الحفاظ على صحة أفراد أسرتها من خلال تعزيز الممارسات الايجابية المطلوبة من خلال دورها الذي تؤديه في حرصها على إتباع أفراد أسرتها للقواعد الصحية الأساسية من أجل ضمان نمط عيش صحي سليم والارتقاء بنوعية الحياة وهذا يستوجب الاهتمام بالاستحمام الأسبوعي ونظافة الفم والأسنان وتقليم الأظافر وغسل اليدين ونظافة المنزل والطعام والمحيط الذي تعيش فيه..... الخ من أجل تفادي انتقال الأمراض التي تنتقل بالاختلاط والملامسة، فحرص الأسرة على النظافة لكونها سلوك يحمي الأفراد من الأمراض يعد من الضرورات التي أكد عليها ديننا الإسلامي (النظافة من الإيمان)، وفيما يخص (غسل الفواكه والخضار بالمعقمات قبل أكلها) حصلت على وزن رياضي (٣، ٨٣)، من المعلوم أن الثقافة والمستوى المعرفي للأسرة تسهم في تجنب العديد من المشاكل الصحية، فالفرد هو المسؤول المباشر عن الارتقاء بصحته وذلك من خلال تعامله وإتباعه للتصرفات الصحية السليمة وهذا ما اتخذته الأسرة من خلال دورها الايجابي في اتخاذها للتدابير والإجراءات الوقائية بالاهتمام بغسل الفواكه والخضروات من أجل الحفاظ على المستوى الصحي للأسرة والتي لها أثارها الجوهرية في الحفاظ على الصحة بشكل عام، وفيما يتعلق (مراعاة أمور التهوية والإضاءة في المنزل) حصلت على وزن رياضي (٣، ٨١)، إن إدراك الأسرة بتوفير الشروط الصحية داخل المسكن يعد توجهها ايجابيا للأسرة فيما يتعلق بصحة أفرادها من خلال توفير الإضاءة والتهوية الجيدة داخل المنزل مما يعود أثرها الايجابي والواضح على صحة الأفراد من خلال وجودهم في بيئة نظيفة ومعقمة وينعكس ذلك على الصحة وانجاز الأعمال لأنهم سيكونون بمنأى عن الحالات المرضية، أما عن (امنع أفراد أسرتي من شراء الأطعمة والأكلات المكشوفة) فقد حصلت على وزن رياضي (٦، ٨٠)، من المعلوم إن الحفاظ على صحة الفرد والمجتمع يرتبط إلى حد كبير بالتدخلات الممكنة والكفيلة للوقاية من العديد من الأمراض التي يمكن أن تنتقل بسهولة عن طريق الأطعمة المكشوفة، فوعي الأسرة في منع أبنائها من الإقبال عليها وتناولها دليل واضح على

حرصها والتزامها الايجابي بالعادات الصحية السليمة وهذا يكون له مردواته الايجابية في الاحتفاظ بمستوى مرتفع من الحالة الصحية الجيدة لأبنائها.

وعلى الرغم من ارتفاع الثقافة الصحية للأسرة في الجدول أعلاه ، إلا أننا نجد أن دورها في جوانب أخرى بدأ بدرجات متوسطة في العديد من المجالات وهي كما ندرجها في الجدول الآتي: جدول (٣) يبين مجالات الثقافة الصحية المتوسطة للأسرة

ت	الفقرة	دائما	أحيانا	نادرا	لا أقوم بذلك	الوزن الرياضي
١	الاهتمام بالنوم لساعات كافية	٥٢	٣٨	١٨	١٢	٧٧
٢	توفير حقيبة الإسعافات الأولية داخل المنزل	٤٦	٣٤	٢٦	١٤	٧٣,٣
٣	احرص على قراءة التعليمات على علبة الأغذية	٣٢	٥٦	٢٠	١٢	٧٢,٥
٤	أتابع الحمية في الطعام لمن يحتاجها	٣٢	٥٤	١٦	١٨	٧٠,٨
٥	عدم حمل الأشياء الثقيلة	٣٤	٤٠	٢٦	٢٠	٦٨,٣
٦	اهتم بمشاهدة البرامج الصحية في التلفزيون	٢٦	٥٤	٢٢	١٨	٦٨,٣
٧	الاهتمام بتناول الغذاء اليومي متكاملًا وشاملاً	٣٤	١٥	٦٦	٦	٦٦,٤
٨	اهتم بمناقشة الآخرين بالأمور الصحية	٣٨	١٤	٥٠	١٨	٦٥

جدول (٤) يبين مجالات الثقافة الصحية المنخفضة للأسرة

ت	الفقرة	دائماً	أحياناً	نادراً	لا أقوم بذلك	الوزن الرياضي
١	أشجعهم على ممارسة اللياقة البدنية	٢٥	٢٩	١٢	٥٤	٥٥,٢
٢	متابعة الشروط الصحية لوضع الجلوس	٣٢	١٤	٢٠	٥٤	٥٥
٣	أحرص على قراءة التعليمات عند اخذ أي علاج	٢٥	١٩	١٦	٦٠	٥١,٨
٤	إجراء الفحوصات الطبية بشكل دوري	١٧	٢٢	٣٣	٤٨	٥١,٦
٥	التأكيد على وجبة الإفطار الصباحي	٩	٣٦	١٢	٦٣	٤٨,١
٦	الامتناع عن التدخين	١٩	١٥	١١	٧٥	٤٥,٤
٧	أقوم بمراجعة الطبيب إلا في الحالات المستعصية فقط	٥	١٥	٣٩	٦١	٤٢,٥

من خلال تحليل إجابات المبحوثين فقد حصلت (أشجعهم على ممارسة اللياقة البدنية) على وزن رياضي (٥٥,٢)، على الرغم من إن ممارسة الأنشطة الرياضية تعمل على إعداد الفرد إعداداً متكاملأ من جميع النواحي البدنية والجسمية والخلقية والنفسية والاجتماعية، إلا أن الواقع العملي يشير إلى أن الرياضة لم تأخذ بعد حقها الطبيعي من حيث الاهتمام الكافي والعناية من قبل الأسرة في الالتزام بممارستها بشكل منظم في البيت، ويكون الناتج الطبيعي لعدم الاهتمام والتشجيع على ممارستها تدني الحالة الصحية للفرد وقلة كفاءته في العمل والإنتاج والتحصيل الدراسي فضلاً عن ذلك

تؤدي إلى أمكانية الإصابة بالأمراض وتقليل المناعة الطبيعية في الجسم للفرد وتؤثر على صحته سلباً.

أما ما يخص (متابعة الشروط الصحية لوضع الجلوس) فقد حصلت على وزن رياضي (٥٥)، هناك العديد من الممارسات الخاطئة المنتشرة بين أوساط العديد من الأسر والممثلة بعدم مراعاتها للشروط الصحية أثناء الجلوس لمشاهدة التلفاز أو العمل على الكمبيوتر أو أثناء تحضير الدروس وهذا التصرف يتأتى من جهلهم وقصور معرفتهم إزاء صحتهم والحفاظ عليها وتأثيراتها السلبية في إثارة العديد من المشكلات الصحية منها مثلاً مشكلة في العمود الفقري والعضلات... الخ مما يؤثر سلباً على اعتلال صحتهم وتراجعها.

أما فيما يتعلق (أحرص على قراءة التعليمات عند اخذ أي علاج) فقد حصلت على وزن رياضي (٥١،٨)، لا شك إن تناول الأدوية لها دور هام في علاج الكثير من الأمراض ولكن الشيء الأهم التعرف على المكونات الأساسية لهذه الأدوية والتي تكون موجودة على متن النشرات الداخلية للعلاج والإرشادات حول التأثيرات الجانبية للأدوية على صحة الفرد، وبالواقع العملي نجد المبحوثين لا يحرصون على قراءتها، وهذا ربما يعود إلى عدة أمور منها ثقتهم بوصفة الطبيب المعالج فلا داعي للتأكد منها إلى جانب قلة ثقافتهم الصحية بهذه الأمور فضلاً عن أغلبية النشرات فيها مصطلحات طبية لا يفهمونها.

أما ما يخص (إجراء الفحوصات الطبية بشكل دوري) فقد حصلت على وزن رياضي (٥١،٦)، إن إهمال المبحوثين لمسألة إجراء الفحوصات الدورية لهم يعود إلى عدم امتلاكهم ثقافة الاهتمام بمراقبة صحتهم للوقاية من المرض والتي تنعكس سلباً على العملية التنموية من خلال تأثيرها على مدى إسهامهم في العملية الإنتاجية، فهناك العديد من الأمراض قد تكون غير ظاهرة للمريض والتي لا تأتي فجأة وإنما تبدأ بشكل بسيط غير ملحوظ حتى للمريض نفسه، لذلك إجراء الفحص الدوري للشخص يساعد في اكتشاف الأمراض ليستطيع العيش في حدود هذه الحالة التي يعاني منها ومعرفة المشاكل الصحية قبل استفحالها في الجسم وصعوبة السيطرة عليها، فالصحة لا تعني الخلو من المرض فقط وإنما حالة من العافية والكفاية في البدن.

أما ما يخص (التأكيد على وجبة الإفطار الصباحي) فقد حصلت على وزن رياضي (٤٨،١)، على الرغم من أهمية الوجبات الغذائية لجسم الإنسان إلا أننا نجد قلة المعرفة بالأسس الغذائية الصحيحة فهناك العديد من الأفراد لا يهتمون بأهمية وجبة الإفطار والاكتفاء بفنجان شاي وهذه العادة الغذائية الخاطئة ينجم عنها شعور الفرد بالتعب بسرعة خلال مزاولته لعمله خصوصاً وان ذروة العمل تتركز في الصباح، ناهيك عن الإصابة بأمراض التغذية ومنها نقص الكالسيوم والمتوفر في الحليب والاجبان والتي يحتاج إليها الصغار والكبار لما لها من دور في مراحل العمر المختلفة والتي تساعد على بناء الجسم وتحفظ حياته وتجدد نشاطه، فعدم التأكيد والحرص من قبل الأهل على ضرورة تناول هذه الوجبة يكون له أثره السلبي في عدم القدرة على الانتباه والتركيز بالعمل والشعور بالتعب وقلة النشاط ناهيك عن تأثيرها على التحصيل العلمي للطالب، فالغذاء المتوازن ينبغي أن يشمل كل الوجبات الرئيسية في اليوم لاحتوائها على العناصر الغذائية المهمة لجسم.

أما عن (الامتناع عن التدخين) فقد حصلت على الوزن الرياضي (٤٥،٤)، على الرغم ما يكتب على علب السكائر من التحذيرات الناتجة عن التدخين في التعرض للعديد من الأمراض منها القلب و السرطانالخ لاحتوائها على مواد ضارة يصاب بها الجسم إلا أنه من الواضح افتقار المبحوثين بالاهتمام بمثل هذه العبارات المكتوبة، وهذا السلوك البشري بطبيعته يعود إلى مسألة الجهل وقلة الوعي الصحي من قبل المبحوثين بالمضار الناتجة عن التدخين، ومن المعلوم إن التدخين يقود إلى تأثيرات سلبية على صحة الإنسان لكونه يرتبط بالعديد من الأمراض، إلى جانب الإرهاق والإجهاد وضعف الفعالية الذي يصاب به الشخص المدخن فضلا عن التأثير غير المباشر الذي يتعرض له الأشخاص غير المدخنين أثناء تواجدهم مع المدخن، ناهيك عن الوفاة والتي تشكل خسارة في الموارد البشرية التي تمثل قيمة أساسية في عملية التنمية ودفعها إلى الأمام ، ومن جانب آخر الكلفة المادية التي تتفق للشراء.

إما فيما يتعلق (أقوم بمراجعة الطبيب إلا في الحالات المستعصية فقط) حصلت على الوزن الرياضي (٤٢،٥) ، اتضح ان المبحوثين لا يهتمون بمراجعة الطبيب إلا في الحالات استنفال المرض دون العلم إن لهذا السلوك تأثيرا ضارا على صحتهم

وإمكانية قيامهم بإعمالهم اليومية وقدراتهم البدنية والعقلية وحتى على الحالة النفسية ، ومن المعروف إن لمثل هذا الأمر يعود إلى قصور الوعي الصحي للأسرة ومدى إدراكها لأهمية الصحة كونها متداخلة مع الحياة بل تؤثر عليها وتحدد نوعيتها، فقلة الاهتمام بالصحة ينعكس في وجود أفراد غير منتجين، وهذا لا يتناسب مع الأهداف التنموية وعصر الحداثة في إيجاد مجتمع يخلو من الأمراض قادر على الإنتاج والإبداع.

جدول (٥) يبين المصادر التي تهتم الأسرة بأخذ معلوماتك الصحية منها

مصادر معلوماتك الصحية	ك*	%
التلفاز والإذاعة	٨١	٦٧,٥%
الانترنت	٤٣	٣٥,٨%
استشارة المعارف	٣٤	٢٨,٣%
الصحف والمجلات	٢٠	١٦,٦%
المكتبات	٨	٦,٦%
لا يهمني الحصول على معلومات صحية	٦	٥%

• لا يمكن الحصول على مجموع ١٠٠ % لان هناك اكثر من اجابة

عند سؤال الباحثين عن كيفية حصولهم على معلوماتهم الصحية أجاب الأغلبية من الباحثين وبنسبة (٦٧,٥%) عن طريق التلفاز والإذاعة، وهذا يدل على الدور الفاعل لوسائل الإعلام بكافة أشكالها كونها الوسيلة الأقرب للاتصال المباشر مع الباحثين لما لها من ميزة الجمع بين الصورة والصوت والحركة فهي وسيلة تربية من خلال دورها الفاعل في تنمية وتكريس التوعية الصحية وتربية المجتمع على القيم الصحية وتجنبه الأضرار الناشئة عن إتباع بعض العادات السيئة ويتم هذا من خلال طرحه للمواضيع والقضايا الصحية المعروضة عبر البث الفضائي منها مثلًا النظافة الشخصية وأهمية الرياضة والوقاية من الأمراض والتغذية الصحية السليمة وغيرها من الموضوعات، في حين حصلت فقرة (لا يهمني الحصول على معلومات صحية) على المرتبة الأخيرة وبنسبة (٥%) وهذا يدل على رغبتهم في الحصول على المعلومات الصحية عن طريق وسيلة أو أكثر كالتلفاز والإذاعة والانترنت واستشارة المعارف والصحف والمجلات والمكتبات، فمتابعة الأسرة لتلك المواضيع الصحية المختلفة التي تهتم الفرد والمجتمع يمكن

الثقافة الصحية للأسرة وأثرها على عملية التنمية الاجتماعية دراسة ميدانية في مدينة الموصل م. هناء جاسم السعوي

أن يكون لها دورها في استفادة المبحوثين من استقاء المعلومات الصحية واكتساب سلوك صحي سليم والذي يهدف إلى الارتقاء بمستويات صحية جيدة تسهم في عملية التطور والإبداع.

جدول (٦) يبين الأسباب التي تدفع الأسرة للقراءة أو البحث عن المعلومات الصحية

الأسباب	ك*	%
للمعرفة والثقافة العامة	٧٧	٦٤,٢%
للمعرفة ونقلها إلى أفراد الأسرة	٥٣	٤٤,٢%
عند الإصابة بمرض	٥٠	٤١,٧%
الوقاية من المرض	٤٥	٣٧,٥%
عند انتشار وباء معين	١٤	١١,٦%

• لا يمكن الحصول على مجموع ١٠٠ % لان هناك اكثر من اجابة

بعد أن تعرفنا على مصادر المعلومات الصحية لدى الأسرة، لا بد أن نتعرف على الأسباب التي كانت وراء البحث أو القراءة عن تلك المعلومات وكانت الإجابات مختلفة فاعلمت الإجابات سائرة في اتجاه (المعرفة والثقافة العامة) وبنسبة (٦٤,٢%)، وهذا هو جوهر العملية التنموية في اتجاه المبحوثين إلى الاهتمام بالصحة وكيفية اختيار السلوك الصحي السليم، فالتوصل إلى وضع صحي جيد يعتمد على درجة معرفتهم وإلمامهم بالأمر الصحي ومحاولة توظيفها في أسلوب حياتهم اليومية وجعلها أكثر صحية وبعيدة عن المرض. في حين حصلت فقرة (للمعرفة ونقلها إلى أفراد الأسرة) على نسبة (٤٤,٢%)، وهذا يدل على تقدير الأسرة ووعيها في الحفاظ على قيمة الصحة وأهمية المحافظة عليها من خلال غرسها للمعلومات والأفكار الصحية المفيدة خصوصا في ظل انتشار العديد من الأخطاء السلوكية في التعامل مع المشاكل الصحية فهذا هو مطلب مهم من مطالب العملية التنموية الصحيحة لدى الأسرة، في حين هناك نسبة من المبحوثين يسارعون إلى الحصول على المعلومات الصحية بعد ظهور أعراض المرض خصوصا مع توافر الانترنت في البيوت فأصبح من الميسر الحصول على المعلومات الحية لأي مرض من طرق علاجية وغيرها والتي حصلت على نسبة (٤١,٧%). وهناك من الأسر كان أسباب اقتباسها للمعلومات الصحية من اجل الوقاية من المرض

وبنسبة (٣٧,٥%) وهذا أمر ضروري يجب الانتباه له والتركيز عليه منذ البداية لأنه يؤدي إلى الاتجاه الصحيح في الاستفادة من اتخاذ الإجراءات الوقائية من أجل منع حدوث المرض والحفاظ على الصحة وتنميتها من خلال إتباع الأنماط السلوكية الصحيحة في العديد من المجالات منها مثلًا عادات الطعام الصحي والاهتمام بالنظافة الشخصية وممارسة اللياقة البدنية... أما فقرة (عند انتشار وباء معين) فخلو المدينة من الأوبئة كالكوليرا مثلًا جعل هذه الفقرة تحصل على المرتبة الأخيرة وبنسبة (١١,٦%).

جدول (٥) يبين الموضوعات التي ترغب الأسرة أن يكون لديها معلومات صحية

عنها

الموضوعات	ك*	%
الصحة العامة	٩٧	٨٠,٩%
الأمراض وعلاجها	٦٤	٥٣,٣%
التغذية	٥٦	٤٦,٧%
اللياقة البدنية	٢٥	٢٠,٨%

* لا يمكن الحصول على مجموع ١٠٠% لان هناك اكثر من اجابة

وعند سؤال المبحوثين عن أهم الموضوعات التي يرغبون أن تكون لديهم معلومات عنها جاءت اغلب الإجابات عن فقرة (الصحة العامة) وبنسبة (٨٠,٩%) ، وهذا يدل على مدى اهتمام المبحوثين في معرفة كل الأمور المتعلقة بالصحة وهذا مؤشر ايجابي من قبل المبحوثين في تقديس قيمة الصحة وضرورة المحافظة عليها من خلال تكريس جزء من موضوعاتهم عن الصحة العامة بكل مفاصلها، فإدراك المبحوثين في الاطلاع على الصحة بشكل شامل يتوافق مع الإطار التنموي الذي يشمل كل جوانب حياة الإنسان سواء أكانت جسماً ونفسياً.... الخ وهذا يكون له نتائج ايجابية للأسرة في تحسين صحة أفرادها وان يكون قادراً على التمتع بتنمية كافة قدراته وحمايته من الأمراض فالعقل السليم في الجسم السليم،

في حصلت الموضوعات الخاصة باللياقة البدنية على المرتبة الأخيرة وبنسبة (٢٠,٨%) فأبناء المجتمع الموصل لا يمارسون اللياقة البدنية بشكل كبير لهذا لا يهتمون بالبحث عن الموضوعات المتعلقة باللياقة البدنية.

نتائج البحث

لقد أسفر البحث إلى عدة نتائج وكما يأتي:-

١- ظهور مؤشرات ايجابية لامتلاك الأسرة الموصلية للثقافة الصحية من خلال ممارستها للعديد من القواعد الايجابية الصحية والمتمثلة باهتمام الأسرة بالنظافة الشخصية واستخدام المطهرات في تنظيف دورات المياه وغسل الفواكه والخضار بالمعقمات قبل أكله والتخلص من النفايات بطريقة صحية ومراعاة أمور التهوية والإضاءة في المنزل ومنع أفراد الأسرة من شراء الأطعمة والأكلات المكشوفة والامتثال إلى توصيات الطبيب والالتزام بمواعيد اللقاحات الخاصة بالأطفال والاهتمام بالنوم لساعات كافية وتوفير حقيبة الإسعافات الأولية داخل المنزل ومتابعة الحمية في الطعام لمن يحتاجها والحرص على قراءة التعليمات على علبه الأغذية وعدم حمل الأشياء الثقيلة والاهتمام بمشاهدة البرامج الصحية في التلفزيون والاهتمام بتناول الغذاء اليومي متكاملًا وشاملًا والاهتمام بمناقشة الآخرين بالأمور الصحية.

٢- ظهور مؤشرات سلبية للثقافة الصحية للأسرة الموصلية من خلال إتباعها العادات السلوكية الخاطئة والمتمثلة بعدم القيام بمراجعة الطبيب إلا في الحالات المستعصية فقط وقلّة الاهتمام بإجراء الفحوصات الطبية بشكل دوري وقلّة المتابعة والتشجيع على ممارسة اللياقة البدنية والامتناع عن التدخين وقلّة التأكيد على وجبة الإفطار الصباحي وعدم الحرص على قراءة التعليمات عند اخذ أي علاج وعدم متابعة الشروط الصحية لوضع الجلوس.

٣- أظهرت النتائج حصول الأسرة على معلوماتهم الصحية كانت عن طريق التلفاز والإذاعة بالدرجة الأولى تلاها الانترنت والأهل والمعارف أما الصحف والمجلات فكانت في المرتبة الأخيرة.

٤- أظهرت النتائج إن أهم الأسباب التي دفعت الأسر للبحث عن معلوماتهم الصحية هو المعرفة والثقافة العامة وهذا هو جوهر العملية التنموية ثم تلاها فقررة المعرفة ونقلها إلى

أفراد الأسرة، ثم الوقاية من المرض، ثم تلتهما فقرة عند الإصابة بالمرض أما المرتبة الأخيرة فكانت عند انتشار وباء معين.

٥- أظهرت النتائج إن اغلب المبحوثين يرغبون أن تكون لديهم معلومات حول موضوعات الصحة العامة ثم تلاها فقرة الأمراض وعلاجها ثم التغذية، ثم اللياقة البدنية فجاءت في المرتبة الأخيرة.

التوصيات والمقترحات

١- ضرورة تشجيع وسائل الإعلام المختلفة المرئية والمسموعة والمقروءة على زيادة البرامج الصحية كوسيلة مرغوبة ومكملة لوسائل الاتصال الأخرى .

٢- ضرورة اهتمام المؤسسات التعليمية المختلفة بالثقافة الصحية الأسرية وخاصة في مراحل الدراسة الابتدائية لتعليم الطلاب الإرشادات الصحية وأهميتها في الوقاية من الأمراض لخلق إنسان مفعم بالصحة والحيوية وقادراً على أداء مختلف الأعمال بعد تخرجه وانغماسه في سوق العمل مما ينعكس ايجابياً على تنمية المجتمع اقتصادياً واجتماعياً.

٣- تفعيل دور منظمات المجتمع المدني للقيام بدورها وواجبها التوعوي في المجالات الصحية المختلفة سواء بطرق الوقاية من الأمراض لتجنب وقوعها او بوسائل التكيف مع الحالات التي يصعب علاجها كحالات العوق الولادي أو الناجم عن التعرض إلى مخاطر مختلفة حيث يشكل ذلك عاملاً هاماً في إدماج جميع فئات المجتمع في المسهمة في البناء الحضاري وتنمية المجتمع.

٤- إجراء دراسات مماثلة في محافظات أخرى للكشف عن الثقافة الصحية فيها وعقد المقارنة بين الدراستين.

استمارة الاستبيان

ت	الفقرة	دائما	أحيانا	نادرا	لا أقوم بذلك
١	الاهتمام بالنوم لساعات كافية				
٢	الاهتمام بالنظافة الشخصية والعامة				
٣	التخلص من النفايات بطريقة صحية				
٤	أشجعهم على ممارسة اللياقة البدنية				
٥	متابعة الشروط الصحية لوضع الجلوس				
٦	غسل الفواكه والخضار بالمعقمات قبل أكلها				
٧	استخدم المطهرات في تنظيف دورات المياه				
٨	مراعاة أمور التهوية والإضاءة في المنزل				
٩	الامتناع عن التدخين				
١٠	الاهتمام بتناول الغذاء اليومي متكاملًا وشاملاً				
١١	التأكيد على وجبة الإفطار الصباحي				
١٢	أتابع الحمية في الطعام لمن يحتاجها				
١٣	أحرص على قراءة التعليمات على علبة الأغذية				
١٤	أمنع أفراد أسرتي من شراء الأطعمة والأكلات المكشوفة				
١٥	أحرص على قراءة التعليمات عند أخذ أي علاج				
١٦	الالتزام بمواعيد اللقاحات الخاصة بالأطفال				
١٧	توفير حقيبة الإسعافات الأولية داخل المنزل				
١٨	لا أقوم بمراجعة الطبيب في الحالات المستعصية فقط				
١٩	أمتثل إلى توصيات الطبيب				
٢٠	إجراء الفحوصات الطبية بشكل دوري				
٢١	عدم حمل الأشياء الثقيلة				
٢٢	أهتم بمناقشة الآخرين بالأمور الصحية				
٢٣	أهتم بمشاهدة البرامج الصحية في التلفزيون				

عزيزي رب الأسرة/عزيزتي ربة الأسرة

تروم الباحثة إجراء البحث الموسوم (الثقافة الصحية للأسرة وأثرها على عملية التنمية الاجتماعية- دراسة ميدانية في مدينة الموصل) لذا نرجو مساهمتكم معنا في الإجابة عن الفقرات الواردة في الاستبيان خدمة للبحث العلمي مع التقدير

البيانات العامة:-

الجنس: ذكر () أنثى ()

المهنة: ()

الدخل الشهري:- ضعيف ()، متوسط () جيد ()

التحصيل الدراسي: يقرأ ويكتب ()، ابتدائية ()، ثانوية ()

بكالوريوس () شهادة عليا ()

البيانات الاجتماعية:-

١- هل تتابع أفراد أسرتك في ممارسة الأنماط التالية (يرجى وضع علامة أمام العبارة المناسبة

٢- ما المصادر التي تهتم بأخذ معلوماتك الصحية منها (يمكنك التأشير على أكثر من إجابة)

الانترنت ()، الصحف والمجلات ()، التلفاز والإذاعة ()، المكتبات ()

()، استشارة المعارف ()، لا يهمني الحصول على معلومات صحية ()

٣- ما هي الأسباب التي تدفعك للقراءة أو البحث عن المعلومات الصحية؟ (يمكنك التأشير على أكثر من إجابة)

الوقاية من المرض ()، عند الإصابة بمرض ()، عند انتشار وباء معين ()

، للمعرفة والثقافة العامة ()، للمعرفة ونقلها إلى أفراد الأسرة ()

٤- ما هي الموضوعات التي ترغب أن يكون لديك معلومات صحية عنها. (يمكنك التأشير على أكثر من إجابة)

الصحة العامة ()، اللياقة البدنية () الأمراض وعلاجها ()، التغذية ()

***Hygienic Education of the Family and its
Effect on the Social Development
A Field Study in Mosul City***

Lect. Hanaa Jasim AL-Sabawy

Abstract

The research aims at introducing to know the range of Mosuli family as far as the health education is concerned and its effect on the social development through a field study applied to Mosul city. Therefore, the research concluded a fact that the Mosuli family has a kind of health education through practicing many positive indicators that indicate to degree of its consciousness and realization of many positive healthy rules that reflect positively on development and advancement of the society. including consideration in personal cleanness ,then abiding to directives of the physician, also appointments of vaccines of Children and so on.