

جامعة محمد بوضياف - المسيلة  
Université Mohamed Boudiaf - M'sila

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
Ministry of Higher Education and Scientific Research  
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة  
University Mohamed Boudiaf of M'sila  
مركز اليقظة البيداغوجية  
Centre de veille pédagogique



## شهادة مشاركة

يشهد السيد مسؤول مركز اليقظة البيداغوجية بجامعة محمد بوضياف المسيلة، بأن الأستاذ(ة):  
د. / بورنان سامية من جامعة: محمد بوضياف بالمسيلة  
قد شارك(ت): في فعاليات الملتقى الوطني حول: التربية الصحية والوعي الصحي في المؤسسات التربوية  
والجامعية في ظل الأوضاع الصحية الراهنة، المنعقد بجامعة محمد بوضياف - المسيلة، يوم: 29 سبتمبر 2022  
بمداخلة عنوانها: دور التوعية الصحية والوقائية في تغيير السلوك

نائب مدير الجامعة للتكوين في الطورين 2.1

رئيسة الملتقى الوطني

مسؤول مركز اليقظة البيداغوجية



نائب مدير الجامعة مكلف بالتكوين العالي  
في الطورين الأول والثاني والتكوين المتواصل  
والشهادات والتكوين العالي في التدرج

أ. د. ضحى العالوي الدين

مسؤول مركز اليقظة البيداغوجية

أ. د. بورنان سامية

قسم علم النفس  
جامعة محمد بوضياف المسيلة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
مركز اليقظة البيداغوجية

جامعة محمد بوضياف - المسيلة

د. دهمي شيرازاد

أ. د. بوقرة رابح



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة



فرقة بحث PRFU

بناء برنامج للوعي الصحي في المجتمع المدرسي ودوره في تعديل السلوك الصحي للتلميذ.

I05L03UN280120230006

برعاية السيد مدير جامعة المسيلة

بالتنسيق مع:

مركز اليقظة البيداغوجية جامعة المسيلة

ينظم:

الملتقى الوطني الافتراضي بتقنية Google Meet حول

**التربية الصحية والوعي الصحي في المؤسسات**

**التربوية والجامعية في ظل الأوضاع الصحية الراهنة**

يوم: 2022/09/29



## الجلسة الافتتاحية

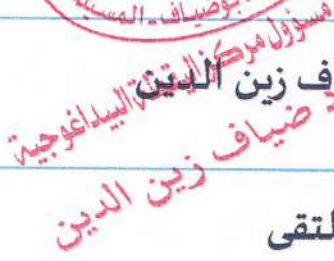
08:30 إلى الساعة 09:00

آيات بينات من الذكر الحكيم

النشيد الوطني



كلمة رئيسة الملتقى د/ سامية بورنان - شهنشاد دهيمي



كلمة مدير مركز البقعة البيداغوجية: أ.د/ ضيف زين الدين

الإعلان الرسمي عن افتتاح أشغال الملتقى

بداية أشغال الملتقى الساعة 9:00 صباحا

برنامج المداخلات

## رئيس الجلسة الأولى: د/ سامية بورنان

الرقم	اسم المتدخل	الجامعة	عنوان المداخلة
1.	ط.د/قادري إسحاق أ.د/ مصلي رضوان	جامعة البلدية 2	مدخل مفاهيمي (التربية الصحية - الوعي الصحي)
2.	ط.د/ فايزة مخيبر	جامعة سطيف 2	مدخل نظري للتربية الصحية: (مفهومها، أهدافها، خصائصها...)
3.	أ/محمد الأمين بديرنية أ.د/ مصطفى عوفي	جامعة الحاج لخضر باتنة 2	دور وسائل الإعلام في تفعيل التربية الصحية وترسيخ قيم الثقافة الصحية
4.	أ.د/مليكَة عرعور عمري ط.د/مقلاتي عيدة	جامعة محمد خيضر بسكرة	الصحة المدرسية في المؤسسات التعليمية (قراءة تحليلية مفاهيمية لإبستميا الصحة)
5.	د. مهريّة خليفة	جامعة تمنراست	دور المؤسسات التعليمية في دعم التربية الصحية وتنمية الوعي الصحي
6.	د/ عبد النور حمزة د/توشن صفية ط.د /مخلوف أمحمد ط-د جعفر نوال	جامعة خميس مليانة.	واقع التغطية الصحية في الوسط المدرسي لولاية عين الدفلى - وحدة الصحة الجوارية الاستشفائية بجليدة كنموذج-
7.	ط.د/ حريزي عبد الرؤوف	جامعة ابن خلدون تيارت	دور وسائل الإعلام في نشر الوعي والثقافة الصحية لدى الأفراد والمجتمعات
8.	ط.د/محمد بوطرنخ	المركز الجامعي تيبازة	التربية الصحية والوعي الصحي قراءة في المفهوم والدلالة.
9.	ط . د . البشير غربي ط . د . سمية عكسة	جامعة ورقلة. جامعة الوادي	الإسلام ودوره في تعزيز التربية الصحية وتحقيق الصحة النفسية
10.	ط.د/حزام عبد الرزاق ط.د/ سعدي إدريس	جامعة محمد بوضياف المسيلة	دور التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة المدرسية في الطور المتوسط من وجهة نظر أساتذة المادة وأطباء الصحة المدرسية - دراسة ميدانية مسحية ببلدية عين ولمان
11.	د/ غمراس عبد المالك د/ بورنان سامية د/ دهيمي شهرزاد	جامعة المسيلة	دور التوعية الصحية والوقائية في تغيير السلوك
12.	أ.د/ براخلية عبد الغاني أ.د/ بركات عبد الحق	جامعة المسيلة	الوقاية الصحية من الإدمان على المخدرات



13.	ط.د/ قطش خديجة ط.د/ مرابط فريدة	جامعة قسنطينة 3	دور مواقع التواصل الاجتماعي في التوعية الصحية ضد فيروس كورونا في الجزائر - دراسة ميدانية على عينة من مستخدمي موقع الفايسبوك -
14.	ط.د/لخمي دالي ط.د/ دحومان ماجدة	جامعة غليزان جامعة سطيف	الرؤية النظرية للوعي الصحي في زمن كورونا.
15.	د/ إبراهيم هياق	جامعة الوادي	التربية الصحية في المدرسة الابتدائية في الجزائر - الواقع والمأمول
16.	ط.د/ ليندة شماعلة	جامعة مولود معمري تيزي وزو	مساهمة وسائل الإعلام في نشر الثقافة الصحية بشأن بفيروس كورونا المستجد
17.	أ.محمد بوجطو ط.د مكاري كريمة	جامعة مولود معمري تيزي وزو	تفعيل تكنولوجيا الإعلام الجديد في نشر ثقافة الوعي الصحي لدى الفرد والمجتمع
18.	د/ سعيدي عتيقة	جامعة باتنة 1	أهمية التربية الصحية ومجالاتها
19.	د/ عبد السلام سليمة د/ بوسكرة عمر د/ ديلمي راوية	جامعة بالمسيلة.	تفعيل التربية الصحية في المؤسسات التربوية - المدارس الابتدائية أنموذجا -
20.	د. فيصل نويوة أ. علي شباطة أ.فارس بن ميمونة	جامعة المسيلة ديوان مؤسسات الشباب المسيلة	جهود قطاع الشباب و الرياضة بالجزائر للوقاية و الحد من انتشار وباء كوفيد 19 مديرية الشباب و الرياضة لولاية المسيلة نموذجا
21.	أ.د/ ضياف زين الدين ط.د/ عائشة شلابي ط.د/ بورنان مصطفى	جامعة المسيلة جامعة المسيلة جامعة سطيف	مدخل مفاهيمي للتربية الصحية
22.	د. عمارة سميرة ط.د. سعاد خينش	جامعة الشهيد حمة لخضر الوادي	دور التربية الصحية والبرتكول الصحي لمجابهة كورونا كوفيد 19 في تحقيق الوعي الصحي في المدرسة
23.	د/ سمير مرزوقي د/ جعلاب نور الدين د/خربيش زهير	جامعة المسيلة جامعة المسيلة جامعة تيارت	مستوى الوعي الصحي لتلاميذ الطور الثانوي في ظل الأوضاع الصحية الراهنة
24.	ط.د/غواس سمية ط.د/ عزيزي سارة	جامعة عبد الحميد مهري قسنطينة 2	دور المدرسة في تكريس التربية الصحية لدى التلاميذ
25.	د/ زموري حميدة أ.د/ بعلي مصطفى	جامعة المسيلة	التربية الصحية في الإسلام - (مفهومها، أهميتها ، جوانبها)



26.	د/ستر حمان نعيمة ط.د/ عزوز احمد رامي	جامعة سطيف جامعة المسيلة	ماهية التربية الصحية في الوسط المدرسي
27.	ط.د/ محمد زقاوة ط.د/ بن محمد جلال	جامعة احمد زبانة غليزان	مدخل مفاهيمي التربية الصحية - الوعي الصحي.

### رئيس الجلسة الثانية: د/ دهيمي شهرزاد

الرقم	اسم المتدخل	الجامعة	عنوان المداخلة
1.	ط.د/ هادي سهير د/ علي تودرت نسيم	جامعة الجزائر 02	مستوى الوعي الصحي لدى طلبة جامعة المسيلة في ظل الأوضاع الصحية الراهنة.
2.	د/ فتحية عبد القادر شكراوي	جامعة يحي فارس - المدينة	الصحة النفسية وعلاقتها بالوعي الصحي لدى المسنين
3.	ط.د/ أكرم غراب ط.د/ خليل مراد	جامعة محمد خيضر بسكرة	التأصيل النظري لوظائف المدارس التربوية في تعزيز التربية الصحية
4.	ط.د/ لينا خليفي أ.د/ شفيقة كحول	جامعة محمد خيضر بسكرة	التربية الصحية المدرسية ودورها في نشر الوعي الصحي لمواجهة المخاطر والأوبئة
5.	أ. حنان فنيش ط.د/ حنان عبد الكبير	جامعة قسنطينة 2 جامعة المسيلة	دور التمثيل المسرحي الجسدي في تنمية الوعي الصحي لدى تلاميذ التعليم الابتدائي - دراسة تحليلية في ظل الأوضاع الصحية الراهنة -
6.	ط.د/ عبد الحميد ضياف	جامعة سطيف 02	مقاربة مفاهيمية حول التربية الصحية
7.	د/ بلالي عبد المالك د/ درويش توفيق	جامعة خميس مليانة جامعة سطيف 2	الرياضة المدرسية وأهميتها الصحية والتحصيلية والسلوكية
8.	د/ راشد حمية ط.د/ شويرف نبيل.	جامعة ورقلة. جامعة مستغانم	مساهمة أستاذ التربية البدنية والرياضية في نشر ثقافة الممارسة الرياضية الصحية لدى التلاميذ في الوسط المدرسي
9.	أ.د/ بوشلاق نادية ط.د/ زبيدي مفيدة	جامعة قاصدي مرباح ورقلة.	مشكلة التغير الثقافي والاجتماعي في المدرسة الجزائرية.
10.	ط.د/ غربي أسماء أ.د/ صباح ساعد	جامعة محمد خيضر بسكرة	مفاهيم الوعي الصحي ضمن محتوى كتاب مادة التربية العلمية والتكنولوجية للجيل الثاني للسنة الخامسة ابتدائي (تحليل محتوى منهج كتاب مادة التربية العلمية والتكنولوجية للجيل الثاني للسنة الخامسة ابتدائي)
11.	ط.د/ جبار نبيه	جامعة غليزان	التربية الصحية و الوعي الصحي



12.	ط.د/ سفيان بريقات ط.د/ فاتن دخلي	جامعة قالمة جامعة سكيكدة	دور الحملات التحسيسية والتوعية في رفع الوعي الصحي بالمدارس الابتدائية في ظل انتشار جائحة كورونا -المدارس الابتدائية لولاية قالمة نموذجاً-
13.	ط.د/ مطاي الحاج ط.د/ برادعية حميد	جامعة الجيلالي بونعامة - خميس مليانة -	دور المدرسة الابتدائية في نشر الوعي الصحي لدى التلاميذ للحد من تفشي فيروس "كوفيد 19" (كورونا) "دراسة حالة المدارس الابتدائية لولاية عين الدفلى" التربية الصحية ومستوى الوعي الصحي -تلاميذ الطور الثانوي أنموذجاً-
14.	د/ عصام لطرش ط.د/ فهيمة بوزار	جامعة البويرة	التربية الصحية ومستوى الوعي الصحي -تلاميذ الطور الثانوي أنموذجاً-
15.	ط.د/ عائشة بالروايح أ.د/ جمال بوربيح	جامعة محمد الصديق بن يحيى -جيجل-	الجامعة و آليات تفعيل الوعي الصحي المجتمعي
16.	أ.د/ قارة السعيد ط.د/ فلاحى بشير	جامعة المسيلة	الوعي الصحي في الوسط المدرسي
17.	د/ عزوق جميلة د/ صاهد فتيحة	جامعة المسيلة	دور الإدارة المدرسية في رفع مستوى الوعي الصحي لدى التلاميذ بمدارس التعليم العام
18.	أ.د/ منوبة مسيف	جامعة قالمة	الرياضة جرعة من الصحة ومنهج للقيم والأخلاق
19.	ط.د/ محمد إلياس ديرم ط.د/ شريفة شنوف	جامعة البلدية 2 - لونيسي علي-	دور وسائل التواصل الاجتماعي في رفع مستوى الوعي الصحي
20.	د/ عرار غنية د/ براهيم نعيمة	جامعة المسيلة	التربية الصحية ودورها في تنمية السلوكات الصحية لدى التلاميذ
21.	ط.د/ سيداني منير ط.د/ مسعودي زهية	جامعة لونيس علي البلدية 2	أهمية التربية في المؤسسات التعليمية
22.	ط.د/ حمزة هاجر	محمد خيضر بسكرة	The role of social media in spreading health schools awareness at
23.	ط.د/ الزهراء نواصري د/ أحمد سعودي	جامعة المسيلة	برامج واستراتيجيات منظمة الصحة العالمية (WHO) لتنمية الوعي الصحي في الوسط المدرسي. دراسة وصفية تحليلية للبرامج والاستراتيجيات خلال الأزمات الصحية العالمية.
24.	ط.د/ داعي يوسف د/ حويش علي	جامعة المسيلة	النشاط البدني الرياضي المكيف ودوره في تعزيز أبعاد الصحة النفسية لدى المعاقين حركيا.
25.	أ.سلطاني النذير	مديرية التربية لولاية المسيلة	المقاربة الصحية في مناهج التعليم الابتدائي "كتاب التربية العلمية والتكنولوجية أنموذجاً"
26.	ط.د/قادري برزوق	جامعة المسيلة	مدخل مفاهيمي (التربية الصحية و الوعي الصحي)

الاسم واللقب: عبد المالك غمراس، أستاذ مساعد، جامعة محمد بوضياف.

الايمل: malek.ghomras@univ-msila.dz

الاسم واللقب: سامية بورنان دكتورة علم النفس العيادي بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة- الجزائر.

الايمل: samiya.bourenane@univ-msila.dz

الاسم واللقب: دهيمي شهرزاد دكتورة علوم التربية بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة- الجزائر.

الايمل: chahrazed.dehimi@univ-msila.dz

ورقة بحثية مقدمة للملتقى الوطني الافتراضي حول التربية الصحية والوعي الصحي في المؤسسات التربوية والجامعية في ظل الأوضاع الصحية الراهنة

بغنوان:

دور التوعية الصحية والوقائية في تغيير السلوك

**The role of health and preventive awareness in changing behavior**

**ملخص:**

يعيش الإنسان الحديث مشاكل عدة بسبب التغيرات الكثيرة التي شاهدها وسيشاهدها العالم في شتى مجالات الحياة، وفي خضم سعي الإنسان لتطوير حياته تبعا للتغيرات الحاصلة في حياته وحياة أفراد المجتمع الذي ينتمي إليه، يجد البعض أنفسهم أمام مجموعة من المشاكل التي تعيق حياتهم وتؤثر على الأفراد الذين يعيشون معهم. وإذا تمعنا أكثر نجد أن بعض هؤلاء الأفراد يجتازون هذه الصعوبات بسهولة ومنهم من يغرق في مشكلات أعقد من مشكلات الحياة البسيطة، ربما هروبا من أنفسهم أو من واقعهم وفي أحيان كثيرة لعدم وعيهم وإدراكهم لبعض الحلول التي يلجئون إليها في حل المشكلات التي يعيشونها وربما هم يكونون مفاهيم أو تصورات أو مدركات خاطئة في تفسير بعض الأمور التي تصادفهم وبالتالي تكون نظرتهم لها وكيفية حلها خاطئة، وسنحاول في هذا المقال إبراز كيف يغير الوعي الصحي المدركات الخاطئة لدى الفرد.

**كلمات مفتاحية:** التوعية الصحية، الوقاية، تغيير السلوك.

**Abstract:**

Modern man lives several problems due to the many changes that the world has witnessed and will witness in various areas of life, and in the midst of man's endeavor to develop his life according to the changes taking place in his life and the lives of members of the society to which he belongs, some find themselves facing a set of problems that hinder their lives and affect the individuals who live With them. And if we look more closely, we find that some of these individuals easily overcome these difficulties, and some of them drown in more complex problems than the simple problems of life, perhaps fleeing from themselves or from their reality and in many cases due to their lack of awareness and



awareness of some of the solutions they resort to in solving the problems they live and perhaps they are concepts Or wrong perceptions or perceptions in the interpretation of some of the things that they encounter and therefore their view of them and how to solve them are wrong, and we will try in this article to highlight how health awareness changes the wrong perceptions of the individual.

**Key words:** health awareness, prevention, behavior change.

## مقدمة:

لقد أصبحت في الآونة الأخيرة كل المنظمات والجمعيات والمؤتمرات تُشيد بفاعلية برامج التوعية الصحية، و يمكن أن نشير في هذه النقطة لرأي الباحث الهولندي "ويليم هانس" حول فاعلية التوعية والوقاية، إذ يقول أنه شب حريق مهول في مدينة لندن عام (1665) وانتهى بتدمير المدينة وبعدها شب حريق مماثل في مدينة أمستردام الهولندية وأدى إلى وقوع الخسائر نفسها، إلا أنه في الوقت الحاضر لا يمكن أن يقع حريق في مدينة حديثة ويسفر عن الخسائر نفسها ليس ذلك نتيجة الزيادة في عدد رجال الإطفاء وإنما نتيجة لما حدث من تقدم في أساليب التوعية من الحرائق (أحمد عبد اللطيف، 2008، ص 9،10)، لذلك يمكن استخدام التوعية الصحية لمواجهة المشكلات المتعددة التي يواجهها الفرد داخل المجتمع سوا تعلقت هذه المشكلات بالصحة العامة أو الظواهر الاجتماعية الخطيرة مثل تعاطي المخدرات و الأوبئة المختلفة المنتشرة حول العالم، وهذا انطلاقاً مما أحرزته هذه البرامج من تقدم في هذا المجال وتبعاً للخطوات العلمية والأساليب المنظمة التي تعتمد عليها هذه البرامج التي تهدف إلى تزويد الفرد بالمعلومات الصحية الضرورية والتي ترفع من مدركاته حول كيفية التعامل مع الصحة بشكل إيجابي.

## 1- الهدف من الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي:

- التعرف على المفاهيم الرئيسة للدراسة (الوعي الصحي، الوقاية).
- التعرف على كيفية تغيير السلوك.

## 2- أهمية الدراسة:

تستمد الدراسة أهميتها من أهمية برنامج التوعية الصحية التي أصبحت ضرورة ملحة في كل المجتمعات من أجل زرع الوعي الصحي حول صحة الإنسان الجسمية والاجتماعية والنفسية... الذي يستمد بعض استراتيجياته من مختلف النظريات التي تهتم بصحة الفرد والتي أثبتت فعاليتها في التصدي لمثل هذه المشكلات، وبالتالي إعداد برامج توعوية تمس جانباً كبيراً للارتقاء بصحة الفرد المواطن الجسمية والنفسية والعقلية... وتطبيقها على الفئات العمرية المختلفة أطفال المراهقين وشباب وشيوخ المعرضين للخطر عند عدم انتباههم للسلوكات الصحية وذلك من أجل تغيير مدركاتهم الخاطئة والتعرف على مخاطر السلوكات الخاطئة الحقيقية.

### 3- مفاهيم الدراسة:

#### 3-1 مفهوم التوعية الصحية:

قبل التعرف على مفهوم التوعية الصحية وجب علينا التعرف على مفهوم الوعي والصحة لبيان ما ترمي إليه حقيقة التوعية الصحية.

#### أولاً: تعريف الوعي:

الوعي من الناحية اللغوية من وعى يعي وعياً، وعى الشيء أي جمعه، وعى الحديث أي فهمه وقبله وتدبره وهو لغة الفهم وسلامة الإدراك. (إيمان، 2010، ص 09)

ويُعرف "ابن منظور" الوعي بأنه حَفَظَ القلب الشيء، وعى الشيء والحديث يعيه وعياً وأوعاه: حَفَظَهُ وفهمه وقبله واعٍ، وفلانٌ أوعى من فلان أي أحفظ وأفهم، وفي الحديث: نصر الله امرأً سمع مقالتي فوعاها، فرب مبلغ أوعى من سامعٍ.

وبالنسبة "للأزهري" الوعي الحافظ الكيس الفقيه، وفي حديث "أبي أمامة": لا يعذب الله قلباً وعى القرآن، وقال "ابن الأثير": أي عقله إيماناً به وعملاً، فأما من حفظ ألفاظه وضع حدوده فإنه غير واعٍ له. (ابن منظور، 2000، المجلد 15، ص 396)

وقالت العرب الإيعاء هو ما يجمع أو يحفظ الإنسان في قلبه من تكذيب وغير ذلك، فالقدرة على الكذب دليل علمي على الوعي، فلا يستطيع مخلوق أن يكذب ما لم يكن واعياً لحاله، حيث يقول الله تعالى: «..وَاللَّهُ أَعْلَمُ بِمَا يُوعُونَ». سورة الانشقاق الآية(23)

وبدل مصطلح الوعي في اللغة اللاتينية والألمانية على معنى واحد هو معرفة الموضوع من قبل شخص ما والأصل اللاتيني للكلمة هو (Conscience) وهي كلمة مركبة من (Scienta-Con) ويقابل الكلمة وهي الوعي في الإنجليزية (Consciousness) وتعني جميع الخبرات الخاصة.

وبهذا فكلية الوعي لغويا تعني الفهم وسلامة الإدراك كما تشير كلمة وعى إلى إدراك الإنسان لذاته ولما يحيط به إدراكاً مباشراً وهو أساس كل معرفة، ويقال: وعى فلان الشيء بمعنى: جمعه وحواه وقبله وتدبره وحفظه، ويعرف الوعي بأنه: أول معرفة الفرد بالشيء حيث يسمع عنه ولكن تنقصه المعلومات التفصيلية الكاملة عنه، أما العلامة "محمد بن أبي بكر الرازي" فيقدم الوعي على أنه: الحفظ والمعرفة، فعندما يقال أن الفرد قد وعى الحديث أي حفظه، والوعي بقضية ما يعني معرفة هذه القضية. (إمام شكري، 2009، ص 112)

وقد ذكرت كلمة الوعي وردت في الذكر الحكيم في عدة آيات قرآنية هي:

- تعيها: قول تعالى «لِنَجْعَلَهَا لَكُمْ تَذْكِرَةً وَتَعِيَهَا أُنْذُنٌ وَاعِيَةٌ». سورة الحاقة الآية (12)
- فأوعى: قول تعالى «وَجَمَعَ فَأَوْعَى». سورة المعارج الآية (18)
- يوعون: قول تعالى «وَاللَّهُ أَعْلَمُ بِمَا يُوعُونَ». سورة الانشقاق الآية (23)



• واعية: قول تعالى «...وَتَعِيَهَا أَذُنٌ وَاعِيَةٌ» سورة الحاقة الآية (12)

• وعاء: قول تعالى «فَبَدَأَ بِأَوْعِيَّتِهِمْ قَبْلَ وِعَاءِ أَخِيهِ...» سورة يوسف الآية (76)

ويتضح لنا مما سبق بأن الوعي هو إدراك الفرد لنفسه والبيئة المحيطة به ولوظائفه العقلية والجسمية وإدراكه لخصائص العالم الخارجي ولنفسه باعتباره عضواً في جماعته، فقد استخدم لفظ الوعي بطريقة فضفاضة ليعني أي حالة عقلية، ولا يقصد به إدراكنا لحالاتنا المختلفة فحسب، سواء أكانت عقلية أو نفسية أو فيزيقية...، بل أنه يشمل على هذه الحالات ذاتها بغض النظر عن معرفتنا أو حتى إدراكنا لها أو عدم معرفتنا بها. (إحسان ، 2006، ص 253)

ولمفهوم الوعي في الفلسفة معاني متعددة تشير إلى حالات خاصة من الوعي ودرجاته، فالوعي في رأي الرواقيين حاسة باطنية تدرك النفس بها تواتراتها، في حين يرى القديس "توماس الأكويني" (Thomas Aquinas) أن الوعي هو إدراك شيء ما أو معرفته، وقد كان "ليبنيز" (Leibniz) هو أول من ميز بين الوعي واللاوعي، وذلك أن الإدراكات البسيطة غير الواعية تصبح بالتراكم مجمعات إدراكية واعية.

ويؤكد معظم الفلاسفة أن الوعي يعني إدراك الناس وتصوراتهم للعالم الموضوعي المحيط ويشير الوعي إلى مجمل الأفكار والمعارف، والثقافة التي يمتثلها الإنسان، والتي تجعله يسلك أسلوباً معيناً، كما يشير أيضاً إلى الاستجابات التي يقوم بها الإنسان إزاء موقف معين. (إمام شكري، 2009، ص 113)

أما علماء النفس فيرون أن الوعي يعني الانتباه والإدراك وهما عمليتان متلازمتان فإذا كان الانتباه هو تركيز الشعور في شيء فالإدراك هو معرفة الشيء. (إيمان، 2010، ص 09، 10)

أي أن علماء النفس يربطون بين الانتباه والإدراك في حدوث عملية الوعي.

فالوعي حسب السيكلوجيون هو مجموعة عمليات إدراك الفرد لنفسه وللعالم الخارجي والاستجابة لها، وهو ينعدم عندما يكون الإنسان نائماً أو في حالة إغماء. ويقابل الوعي اللاوعي أو اللاشعور، وهو المفهوم الذي قامت عليه نظرية التحليل النفسي، ويرى "سيغموند فرويد" (S.Freud) أن الوعي تكوين نفسي منطقي يتوافق مع نمط معين من البيئة، وترتبط فيه الطاقة العقلية بالرموز اللفظية، وبالتالي تتشكل بها، في حين أن اللاوعي تكوين نفسي غير منطقي منعزل عن الوعي لا يتوافق مع البيئة الخارجية، ولا يخضع للرموز اللفظية وبالتالي لا يتشكل بها. (إمام، 2009، ص 113)

إذا فالوعي يتضمن الإدراك الحسي كما يتضمن الابتداء والسيطرة على الحركة الطوعية الإرادية وكذلك يتضمن القدرات والعمليات العليا ويوصف الوعي سريرياً بأنه استمرار لحالة اليقظة والنشاط إلى النعاس، ثم ينتهي بالغيوبة. (خليل، 2002، 305)

والوعي هو قدرة على الاستبصار، فيسأل الإنسان (من أنا؟) وما هي الذات، وما معنى الحياة والموت؟، والوعي يمكن الإنسان من ربط الماضي بالحاضر والتطلع إلى الأبعد. وللوعي صفات هي:

- إدراك الذات.

- إدراك باطني للحس.

- وحدة الشخصية.

فهذه الصفات تدل على أن للوعي عنصراً شخصياً لا يتساوى فيه اثنان من حيث إدراكهما للألم أو وصفها لغروب الشمس مثلاً...الخ. (إبراهيم، 1983، ص 325)

ولاحظ "كلاباريد" (Clapurede) أن الوعي يحصل عندما يكون هناك عدم تكيف، لأنه عندما يكون السلوك متكيف، ويقوم بوظيفته بشكل جيد، وبدون صعوبات، فلا يوجد سبب للتفتيش عن تحليل سياقات العمل الذي نقوم به، إننا نستطيع نزول الدرج بسهولة، وبدون تمثيل حركات الرجلين والأقدام وإذا أردنا تمثيل ذلك فإننا قد نسبب فشل العمل الذي نقوم به. (مريم سليم، 1985، ص 224)

أما علماء الفسيولوجيا فإنهم يرون الوعي وظيفة لخلايا المخ سواء كانت خلايا خاصة به أو مجموعة الخلايا المخية أو الدفعات العصبية البسيطة. (إمام شكري، 2009، ص 113)

ويعرف علماء الاجتماع الوعي، بأنه إدراك الفرد لذاته باعتباره عضواً في جماعة معينة، ويرى البعض الآخر بأن الوعي هو الحصيلة المستمرة لعمليات الإدراك الشاملة التي يقوم بها الإنسان أينما وجد، وهي عملية مستمرة مادام الإنسان موجوداً، وتتضمن أربعة عناصر هي الإدراك والفهم، والتقويم والسلوك، والبعض الآخر يرى نوعان مختلفان من الوعي هما:

- وعي فردي: يتصل بإدراك الفرد للأبعاد المختلفة لأمر من الأمور.

- وعي جماعي: وتتسم به مجموعة من الأفراد تربطهم صلة معينة.

وهناك علاقة بين النوعين حيث يتأثر كل منهما بالآخر ولا يمكن فهم أي منهما بمعزل عن الآخر. (فتيحة، 2011-2012، ص 299)

ويذهب "ميد" (G.H.Mead) في تفسيره للوعي بأنه ينشأ نتيجة الفعل الاجتماعي، إذ تمكن عملية التواصل من أن يعي الفرد، لا غيره فقط أي الآخر، بل يرى نفسه أيضاً منظور الآخر، أي يقوم بدور الآخر إزاء نفسه. (إمام شكري، 2009، ص 113)

أي أن إدراك الفرد لنفسه وللبيئة المحيطة به، وهو على درجات من الوضوح والتعقيد، والوعي بهذا المعنى يتضمن إدراك الفرد لنفسه ولوظائفه العقلية والجسمية وإدراكه لخصائص العالم الخارجي وأخيراً إدراكه لنفسه باعتباره عضواً في جماعة.

ويشير كل من "بادي الخطيب" و"محمد أحمد إسماعيل" إلى الوعي بأنه قدرة الإنسان على استيعاب الحقائق من حوله، كما يندرج الوعي في قائمة المعايير التي تحدد درجة تفاعل العقل مع معطيات البيئة والمجتمع، ويتصف هذا التفاعل بين السالب تبعاً لما تفرضه مؤثرات البيئة أو الوسط المحيط الذي يقرر غالباً نوعية الاستجابة وسمات ردود الأفعال.

وتختلف نظرة "فلاديمير كاربوشين" (F.Karboshin) للوعي فالوعي بالنسبة له هو خاصية العقل الإنساني، ونتاج للتطور الطويل والمعقد للطبيعة والمجتمع.



وبهذا فالوعي عبارة عن أسلوب إدراك أعضاء كل جماعة للواقع الاجتماعي بما يشتمل عليه من علاقات ونظم ومدى فهمهم لما يدور فيه من أحداث، وتقييمهم لها، وردود أفعالهم تجاهها، نتيجة التطورات الحاصلة في حياة الإنسان ويتضمن مثل هذا الفهم للوعي الأبعاد التالية:

- الإدراك.
- الفهم.
- التقييم.
- رد الفعل. (إمام شكري، 2009، ص 114، 115)

وبهذا فالوعي ليس مجرد معارف واتجاهات يعبر عنها الإنسان، وإنما هو علاقة بين الإنسان والوسط الاجتماعي المحيط به، وتعتبر هذه العلاقة عن الظروف التي يعيش فيها الإنسان وتحدد ملامح علاقاته الاجتماعية بما يتضمن من أساليب للإدراك وأشكال للفهم، وأنماط للتقييم ثم تظهر أساليب ردود الفعل في المواقف المختلفة.

ويعرف قاموس أكسفورد الوعي بأنها لمعرفة المتبادلة بين الأشخاص، أو المعرفة والإيمان الراسخ والحجج والقناعة التي تؤدي إلى الاقتناع بصحة شيء، أو مجموعة الأفكار والانطباع أو المشاعر الموجودة في الشخص الواعي، والوعي هو الصفة التي تميز مقدرة الأفراد أو الأشخاص على التفكير. (إمام شكري، 2009، ص 112)

وبهذا المعنى نستطيع أن نقول أن الوعي بالأشياء والقضايا المرتبطة بحياة الفرد وكل ما يدور من حوله يحدث عندما تكون هناك دلائل على وجودها فعلاً وأن يكون الفرد ملماً بكل ما يتعلق بها، وبهذا يكون شعوراً خاصاً اتجاهها.

### ثانياً: التوعية الصحية:

كان الدكتور "جوزيف براث" (Prath) من ولاية ماساوسيث هو أول من أدخل تقنيات توعية مرضى السل وأسره في العملية العلاجية لهذا المرض عام (1900م)، وسرعان ما تم تبني هذا الأسلوب من قبل الدكتور "روبرت موللي" (Molloly) في ميدان الطب النفسي والإرشاد النفسي، وقد استفاد الكثير من المرضى النفسيين من البرامج التنقيفية الخاصة بالأمراض السيكاترية.

وفي ميدان العلاج النفسي السلوكي، فقد برهنت الدراسات السريرية أهمية توعية المريض في مواضيع الصحة النفسية نظراً لأن هذا التنقيف يلعب دوره الكبير في تبديل السلوك والمعتقدات الخاطئة التي غالباً ما تكون عائقاً في هذا التبديل، وقد امتد هذا التنقيف ليشمل التلفاز والمجلات المتخصصة وكافة وسائل الإعلام حيث استمتع الكثيرون بالعملية التنقيفية الوقائية في ميدان الصحة النفسية وبخاصة دور التوترات النفسية في الأمراض العضوية، وأيضاً أخطار الكحول والمخدرات على الصحة النفسية والبدنية والأمن الاجتماعي.

وفي القطاع السيكولوجي برز اختصاص متكامل ضمن ميدان علم النفس اسمه "علم النفس الصحي" يهدف إلى التعامل مع أنماط الحياة الصحية السليمة والوقاية من المرض، أما الأمراض السيكاترية فلم تعتمد في الماضي موضوع الثقافة الصحية ولا في نطاق علم النفس الصحي إلا أن الاتجاهات الحديثة اليوم قد ضمنت بعض المشكلات المتعلقة بالصحة مثل الكحولية والإدمان على

المخدرات والعديد من الأمراض والأوبئة المنتشرة والتي وباء كورونا الذي انتشر في العالم مؤخراً، وأيضاً مرض الاكتئاب ضمن الطرق الوقائية. (محمد حمدي، 1992، ج2، ص 5، 6)

### 3-2 مفهوم الوقاية (Prévention):

يشير التعريف القاموسي إلى أن الوقاية تعني "منع وقوع حدث غير مرغوب فيه أو الحيلولة دون حدوثه". (رشاد أحمد، 1999، ص 08)

وتعرف مشروعات أو برامج الوقاية بأنها أي تدابير نتخذها أو نخطط لها، تحسباً لمشكلة لم تقع بعد، أو تحسباً لتعقيدات تطرأ على ظروف قائمة فعلاً، ويكون الهدف من هذه التدابير هو الإعاقة الكاملة، أو الإعاقة الجزئية لحدوث المشكلة، أو التعقيدات أو كليهما. (وفيق صفوت مختار، 2005، ص 151)

وأهم ما في هذا التعريف أنه يشير صراحة إلى أن الوقاية قد تكون كاملة وقد تكون جزئية، ومن ثم فهو يتفق مع التفرقة التي تتبناها منظمة الصحة العالمية بين الوقاية من الدرجة الأولى، والوقاية من الدرجة الثانية، والوقاية من الدرجة الثالثة.

يعرفها "مارتن بلوم" (Martin Bloom) مجموعة الإجراءات التي تتخذ لوقاية الأفراد أو المواطنين بالمجتمع من النواحي الجسمية والنفسية والاجتماعية والثقافية التي تهددهم، كما هو الحال في مشكلة تعاطي المخدرات، وتستهدف تقوية وتعزيز القوى الحالية لديهم والقوى الكامنة وتحسين مستويات الصحة وتحقيق الأهداف المرغوبة للمجتمع. (رشاد أحمد، 1999، ص 9)

إن الإجراءات الوقائية النوعية تتطلب التدخل والتكامل بين مختلف التخصصات والمهن للعمل على التأثير على الأنساق الضاغطة والبناءات المؤثرة على من يعانون من المشكلات لوقايتهم منها.

وقد عرفت منظمة الصحة العالمية (W.H.O) الوقاية بأنها إجراء مخطط له يتخذ من موقف التوقع لمشكلة ما...، أو مضاعفات متعلقة بظروف واقع بالفعل ويكون الهدف هو الحيلولة بشكل كامل أو جزئي دون حدوث المشكلة أو المضاعفات أو كليهما معاً. (رشاد أحمد، 1999، ص 08)

وتشير الوقاية إلى أي فعل مخطط، نقوم به تحسباً لظهور مشكلة معينة، أو مضاعفات لمشكلة كانت قائمة أصلاً، وذلك بغرض الإعاقة الجزئية أو الكاملة للمشكلة، ولمضاعفتها أو للمشكلة والمضاعفات معاً. (صالح، 2004، ص 07)

وفي إطار ما سبق يتبين لنا بأن الوقاية هي منع وقوع حدث غير مرغوب فيه أو الحيلولة دون حدوثه، محاولة التغلب على كل الظروف السيئة المحيطة بالأفراد والتي تؤدي بهم إلى إتباع سلوكيات منحرفة وشاذة قد تقودهم إلى السلوكيات الغير صحية.

### 4- كيفية تغيير السلوك الصحي:

التوعية الصحية عملية متصلة ومستمرة وتراكمية محصلتها النهائية هو تغيير سلوك الأفراد والمجتمع وتغيير السلوك يمر بسلسلة من المراحل قبل إتباع السلوك الجديد ويجب على كل من يقوم بالتوعية الصحية فهم هذه المراحل جيداً لكي يكون مصراً على محاولاته من أجل التغيير وهذه المراحل كالآتي:



- (1) **مرحلة الوعي:** وهي مرحلة الإلمام بالمعلومات والحقائق الصحية.
- (2) **الاهتمام:** وهي المرحلة التي يبحث فيها الفرد عن تفاصيل المعلومات ويكون مرحباً بالاستماع أو القراءة أو التعلم عن الموضوع.
- (3) **التقييم:** وأثناء هذه المرحلة يزن الفرد الإيجابيات والسلبيات لهذا السلوك ويقوم بتقييم فائدتها له ومثل هذا التقييم هو نشاط ذهني ينتج عنه اتخاذ القرار بمحاولة إتباع السلوك المقترح أو رفضه.
- (4) **المحاولة:** وهي المرحلة التي يتم فيها تنفيذ القرار عملياً ويحتاج الفرد لمعلومات إضافية ومساعدة أثناء هذه المرحلة للتغلب على المشاكل التي تعترض طريق التطبيق.
- (5) **الإتباع:** وفي هذه المرحلة يكون الفرد مقتنعاً ويقرر صحة السلوك الجديد وإتباعه.

هذه المراحل ليست أجزاء مستقلة حرفياً عن بعضها حيث تتداخل مع بعضها أثناء تنفيذها ويمكن للأشخاص المختلفين الذين تعرضوا لنفس المعلومات أن يمروا بمراحل مختلفة من عملية الإتباع وهو ما يمكن تشجيعه بالسلوك الجماعي الإيجابي حيث يكون بطيئاً في البداية ويزداد كلما اتبعه عدد أكبر من الأفراد. (ملتقى التوعية الصحية، 2010، ص7)

ومما سبق بأن التوعية الصحية جزء أساسي من برامج الوقاية من بعض الأمراض المتعددة والمتفشية في المجتمعات المختلفة، والوقاية تعتمد على برامج التوعية الصحية في كثير من مساعيها لتحقيق أهدافها في المجال الصحة العامة، والقضاء على بعض الظواهر الخطيرة المتفشية في المجتمعات والتي هي في تزايد مستمر مثل الأوبئة الصحية ظاهرة الإدمان على المخدرات والتدخين...

## 5- التوصيات:

- توفير مختص في الصحة المدرسية داخل المؤسسات التربوية لتقديم الخدمات الضرورية ولترسيخ فكرة الثقافة الصحية.
- العمل على تحسين مردود الخدمات الصحية المدرسية وفاعلية أدائها عن طريق الاتفاقيات والشراكة وتضافر الجهود بين قطاعي التربية والصحة.
- الاستفادة من تجارب الدول المتقدمة التي لها خبرة كبيرة في مجال الصحة المدرسية والوعي الصحي.
- اعتماد ميزانية كافية لعمل برامج تعديل السلوك.
- زيادة الاهتمام بحصص التربية البدنية ليتم التعرف أكثر على أهمية التربية البدنية والأهداف المرجوة منها. خاصة تنمية الوعي الصحي للتلميذ.
- ضرورة تفعيل الأنشطة الرياضية والعلمية لدى فئة الأطفال والمراهقين لأن هذه النشاطات تفسح المجال لهم للتخطيط لأشياء إيجابية تخص حياتهم العلمية والعملية وتزيد من قدرتهم على التخطيط للمستقبل.
- إجراء دراسة عامة لتحديد مختلف عوامل الأخطار الصحية المحتملة التي قد تظهر في مجتمعنا داخل المؤسسات التعليمية وخارجها للوقاية منها قبل حدوثها.

## خاتمة:

إن الهدف العام على الدور الهام الذي تلعبه التوعية الصحية وكل البرامج التي تأخذ الطابع الوقائي في نشر الوعي والتثقيف الصحي لما له من أهمية في تحسين مستويات الصحة، وباعتباره الأداة الفعالة التي لقيت اهتمام كل الهيئات المختصة في هذا المجال في كافة دول العالم، وتزيد أهمية التوعية الصحية في جميع مجالات الصحة العامة لأن هدفها هو تغيير كل العادات والتصورات والمفاهيم والممارسات الصحية الخاطئة من خلال نشر وبث حقيقة كل الظواهر المتفشية في المجتمعات من بينها الأوبئة الصحية والأمراض الناتجة عن المجاعة وإدمان المخدرات، وكل ذلك اعتماداً على مجموعة من الوسائل والتقنيات والخطوات المنظمة وبأساليب تتوافق مع كل فئات المجتمع.

إن التوعية الصحية لا تختلف في أهدافها عن علم النفس وعلم الاجتماع والطب بكافة فروعهم حيث يسعى كل واحد منهم إلى إحداث التوافق والتكيف على المستوى النفسي والاجتماعي والصحي... عن طريق دفع الأفراد للعمل وإدماجهم في المجتمع وتقبل ذواتهم والنظر للحياة بإيجابية والتخلي عن الأفكار السلبية، وتقبل بعض الأمور كما هي وتغيير ما باستطاعتنا تغييره، وبالتالي تحقيق الصحة النفسية والجسمية والتوافق مع أفراد المجتمع وتحقيق النجاح.

ولهذا اعتبرت برامج التوعية الصحية ذات فاعلية في الحد من تفشي بعض الظواهر الخطيرة مثل كورونا والأمراض المزمنة إدمان المخدرات، انطلاقاً من فكرة الوقاية خير وأرخص من العلاج نظراً لأموال الطائلة التي تستنزف لمكافحة مثل هذه الظواهر، ويتم ذلك عن طريق تغيير تصورات وأفكار خاطئة لدى بعض فئات المجتمع تدفعهم في ظروف معينة للوقوع في مخاطرها، فبرامج التوعية الصحية في مراحلها الأولية تسعى إلى تجنب الضرر قبل الوقوع فيه.

## المصادر:

- القرآن الكريم.

## قائمة المراجع:.

- إبراهيم، فريد الدّر (1983). الأسس البيولوجية لسلوك الإنسان. ط1، بيروت. منشورات دار الأفاق الجديدة.

- أبي الفضل جمال الدين محمد بن مكرم ابن منظور الإفريقي المصري (2000). لسان العرب. المجلد 15، بيروت. دار صادر للتوزيع والطباعة والنشر.
- إحسان، حفطي (2006). علم اجتماع التنمية. الازارطة. دار المعرفة الجامعية.
- إمام، شكري إبراهيم أحمد القطان (2009). الإعلام العربي والوعي السياسي للمراهقين. الإسكندرية. مركز الإسكندرية للكتاب.
- إيمان، عبد الرحمن أحمد محمود (2010). دور الإذاعة في نشر التوعية الأمنية. الإذاعة السودانية نموذجاً، ط1، الرياض: جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
- بن عباس فتيحة (2011-2012). دور الإعلام في التوعية والوقاية من حوادث المرور في الجزائر. مقارنة بين المناطق الريفية والحضرية (دراسة وصفية استطلاعية). قسم علوم الإعلام والاتصال. جامعة الجزائر3. الجزائر.
- خليل إبراهيم البياتي (2002). علم النفس الفسيولوجي مبادئ أساسية. ط2، عمان، الأردن دار وائل للنشر والتوزيع .
- رشاد، أحمد عبد اللطيف (1999). الجوانب الاجتماعية للسياسة الوقائية لمواجهة مشكلة تعاطي المخدرات. الإسكندرية. المكتب الجامعي الحديث.
- صالح بن الرميح الرميح (2004). الأسرة ودورها في الوقاية من المخدرات، الندوة العلمية عن تأثير المخدرات على التماسك الاجتماعي، جامعة نايف للعلوم الأمنية. تاريخ الدخول: 09 سبتمبر 2015 على الساعة 19:21.
- محمد حمدي حجار (1992). الحقيبة التدريبية، برنامج إرشادي علاجي للمراهقين والأحداث ضد تعاطي المخدرات والمسكرات في الإصلاحات ومراكز إعادة التأهيل. ج2، الرياض. المركز العربي للدراسات الأمنية والتدريب بالرياض.
- مريم، سليم (1985). علم تكوين المعرفة إبستمولوجيا بياجية. ط1، بيروت، لبنان. معهد الإنماء العربي.
- وفيق صفوت مختار (2005). مشكلة تعاطي المواد النفسية المخدرة. ط1، القاهرة. دار العلم والثقافة للنشر والتوزيع.