

## الفصل الأول

### العلم والثقافة الصحية

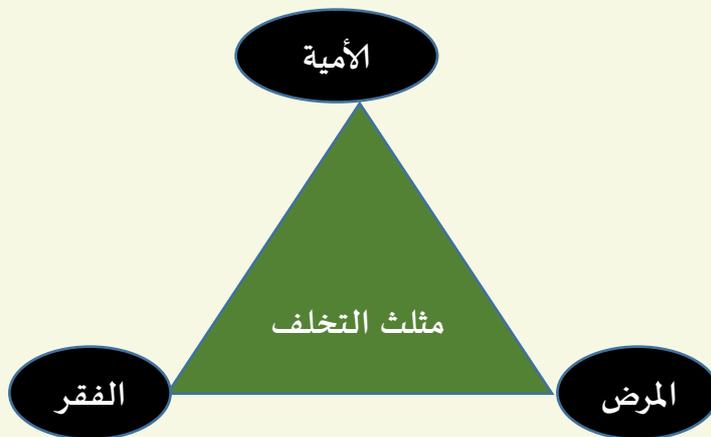
#### • مقدمة:

تتخذ الدول المتقدمة والنامية من التعليم وسيلة فعالة لتحقيق التنمية الشاملة؛ على اعتبار أن التعليم هو نطاق إعداد القوى البشرية بفئاتها المختلفة ومستوياتها المهارية المتعددة، لكن يبدو من الملاحظ أن التطور النوعي للتعليم مازال قاصراً في الدول النامية بصفة عامة عن تحقيق الأهداف المنشودة؛ فهو مازال بحاجة إلى تحسين نوعيته، ورفع مستوى جودته، وزيادة فاعليته، وإدخال تعديلات جذرية في أهدافه ومحتواه ووسائله وأدواته؛ فضلاً عن ربط التعليم بمطالب التنمية البشرية .

ولعل من أهم المشكلات التي تعيق عملية التنمية الشاملة في المجتمعات النامية هي تلك المشكلات التي تتعلق بصحة الإنسان في بيئته الحيوية Biosphere والمؤثرة حتماً في الاقتصاد القومي، بل إنه يمكن القول: إن العلاقة وثيقة بين الصحة والتنمية؛ فالأفراد الأصحاء هم الرصيد الاستراتيجي لأي شعب من الشعوب، ومسئولية الحفاظ على الصحة تقع على عاتق كل فرد في المجتمع، وتتطلب منه سلوكاً معيناً في ممارسة الحياة، وإن عدم إتباع الفرد للسلوك الصحي السليم سيؤدي به بالضرورة إلى المرض، وستتعدى آثار الفرد نفسه لتعود بالضرر على المجتمع بأسره وعلى مجالات التنمية والإنتاج .

ومن جهة أخرى فإن الصحة تعد وسيلة لبلوغ التعليم أهدافه التربوية؛ فالأهداف التربوية التي يسعى التعليم للوصول إليها تتطلب أن يكون التلميذ في صحة جيدة؛ حتى يستطيع أن يبذل الجهد اللازم لتحقيقها سواء أكان هذا الجهد نشاطاً عقلياً أم جسمانياً؛ مما يؤثر ذلك في قدرته على العمل؛ ومن ثم تصبح الصحة عنصراً فعالاً وأساسياً في التعليم .

وفي هذا الصدد يمكن القول: إنه إذا كان أضلاع مثلث التقدم والرفق هي: الصحة، والتعليم، وارتفاع مستوى دخل الأفراد؛ فإن أضلاع مثلث التخلف هي: الوضع الصحي المتدهور، والأمية، وانخفاض مستوى دخل الأفراد.



وهكذا يصبح العلم والمعرفة بمثابة مركز البؤرة لأي إصلاح أو تقدم اقتصادي أو اجتماعي أو صحي؛ وذلك لأن ارتفاع مستوى دخل الأفراد دون نشر العلم والثقافة الصحية لا يؤدي بالضرورة إلى تقدم المجتمع، وربما أدى إلى انتشار بعض المشكلات الصحية بين أفرادها .

هذا ويؤكد الباحثون على ضرورة الاهتمام بالثقافة الصحية كعامل من عوامل الوقاية؛ إذ أنه يكون الوعي الصحي السليم الذي يُمكن الفرد من إدراك المخاطر الصحية ومستلزمات الحفاظ على حياة ليست خالية من المرض فحسب، بل مليئة بالحيوية والنشاط تنعكس على الإنفاق العام من قبل الدول بالنسبة للجوانب الوقائية والعلاجية والقطاع الصحي.

وبالرغم من التطور الهائل الذي أحرزه العلم وتطبيقاته المختلفة؛ فإن هذه الإنجازات صاحبها العديد من المخاطر والمشكلات الصحية التي لم تعد قاصرة على تلك التي كانت سائدة في العصور البائدة، وإنما أضيف إليها ما يمكن تسميته بـ"أمراض التكنولوجيا" .

وبطبيعة الحال فإن مجابهة تلك المخاطر والأضرار لا تتم عن طريق توفير الرعاية الصحية فحسب، بل تقتضي في الوقت ذاته دعم هذه الرعاية ببرامج تربوية مخططة؛ بغية الإسهام في توفير متطلبات تنويرية فعالة تساعد المتعلم على اتقاء هذه المشكلات وأخطارها .

### • مبررات التربية الصحية:

من هذا المنطلق تفرض التربية الصحية نفسها على الساحة التربوية لتكون أحد المكونات الرئيسية للمنهج المدرسي في جميع المراحل التعليمية ولجميع الدول سواء أكانت متقدمة أم نامية؛ نظراً للمبررات التالية :

- يمثل التلاميذ في جميع المراحل التعليمية نسبة مرتفعة من مجموع السكان؛ ولذلك فإن الاهتمام بهم يعني ضمناً الاهتمام بالقاعدة العريضة من المجتمع .
- التقاء التلاميذ مع بعضهم في المدارس -ودون توافر الثقافة الصحية لديهم- يعطي فرصة لانتقال الأمراض المعدية من بعضهم البعض؛ يترتب عليه انتقالها لأفراد أسرهم؛ مما يضخم من حجم المشكلة .
- القصور الواضح في تحقيق ما ينبغي أن تقوم به الأسرة خاصة في خضم المشكلات الاقتصادية التي تجبر الأم والأب إلى الخروج إلى سوق العمل؛ مما يزيد العبء على عاتق المدرسة في تحقيق وتنمية الثقافة الصحية .
- تزايد مظاهر السلوكيات التي تنم عن غياب الثقافة الصحية لدى أفراد القاعدة العريضة من المجتمع، ومنها: انتشار معدلات التدخين واستخدام العقاقير، والسلوكيات الغذائية غير الصحية، وكثرة الحوادث والأخطار التي يتعرضون إليها؛ مما يعني أنهم بحاجة إلى خطط مناسبة مقصودة بغية تحقيق التنوير الصحي لديهم .
- قد تشكل المدرسة بتقليديتها، وأهدافها غير الواضحة، ومناهجها البعيدة عن الحياة التطبيقية عبئاً كبيراً على التلاميذ؛ ويجعلهم عرضة لبعض الأمراض النفسية مثل: الانطوائية، والعزلة، والعدوانية، ومشاعر الإحباط .

وتندرج التربية الصحية على المستوى العالمي تحت عناوين مختلفة، ولكنها ترد في الغالب ضمن ثلاثة عناصر ذات صلة بها وهي: خدمات الصحة المدرسية والبيئة المدرسية، وتدريب المناهج المعنية بالتربية الصحية مثل مناهج العلوم والتربية البدنية .

من كل ما سبق نخلص إلى أنه إذا كان موضوع التربية الصحية يلقي الكثير من الاهتمام؛ فما أحوج طلابنا اليوم عن ذي قبل إلى مثل هذا النوع من التربية في ظل العصر التكنولوجي وما انضوى عليه من مشكلات وقضايا صحية، وارتفاع نسبة انتشار الأمراض التي بدأت تتزايد بين الشباب والصغار خاصة في المجتمعات النامية ومنها المجتمع المصري .

فالدقق لخريطة مصر الصحية والسكانية؛ يجد أن أكثر الأماكن تخلفاً صحياً هي تلك الأماكن التي تتفشى فيها الأمية بجميع نوعياتها؛ وتنتشر فيها العادات السيئة المتوارثة؛ تلك العادات التي لها دورها في التمهيد للإصابة بالمرض، وكذلك أثرها على طلب المريض للعلاج أو الاستمرار فيه أو الإهمال فيه.

وفي هذا الصدد، تشير تقارير أعمال الصحة المدرسية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي بحلقته الأولى والثانية في جمهورية مصر العربية الصادرة عن وزارة الصحة والسكان إلى أن المشكلات الصحية المنتشرة بين أولئك التلاميذ متمثلة في: أمراض سوء التغذية، والإصابة بالطفيليات، والإصابة بالأمراض الجلدية، والتهابات اللوز والغدة النكفية، والالتهاب الكبدي الوبائي، وروماتيزم القلب.

وعلى الرغم من اشتراك مصر في المنظمات العالمية المعنية بالصحة كمنظمة الصحة العالمية (WHO) World Health Organization، وصندوق رعاية الأطفال التابع لهيئة الأمم المتحدة (UNICEF) United Nations Children's Fund؛ بغية تحديد أسس الرعاية الصحية الأولى، وكذلك اشتراكها في العديد من المؤتمرات الدولية والقومية المعنية بالصحة والتربية الصحية؛ فإنه من الملاحظ أن سلوكيات المواطنين الصحية في بقاع مصر المختلفة مازال يشوبها الخطأ وعدم الإدراك والوعي حتى بين المتعلمين؛ الأمر الذي يشير إلى أن التوصيات التي خرجت بها المؤتمرات تكاد تكون حبيسة الأوراق، ولا تأخذ طريقها إلى التفعيل وآليات التنفيذ إلا بالقدر اليسير، ويكاد يكون دور وزارة التربية والتعليم متمثلاً في مناهجها الدراسية غائباً إلى حد بعيد، وأن الاهتمام بالشق الوقائي في عمليات التربية غير مؤكد في تعليمنا بصورة تكاد تقترب إلى اليقين.

## • مفهوم الصحة:

نشأ مصطلح صحة Health نقلاً عن اللغة الأنجلوساكسونية ويعني حالة البقاء سليماً آمناً صحيحاً معافاً تماماً؛ وهذا يعني غياب المرض أو البعد عن المرض. وفي الوقت الحالي أصبح المعنى أكثر اتساعاً وعمقاً وشمولاً؛ فهو يتضمن الصحة وعلم الصحة، وكذلك المفاهيم العقلية والروحية والاجتماعية المرتبطة بحياة الإنسان، والارتقاء بصحته بمحاولة اختزال احتمالات المرض أو الوفاة بغير الشيخوخة Premature Death

وقد استتبع ذلك ضرورة أن يكون أساس التربية الصحية متسعاً، وأن يتضمن مناقشة كل تلك العوامل ذات الصلة بحياة الأفراد جسدياً وعاطفياً وانفعالياً واجتماعياً. وفي هذا وجدت مراكز التحكم في الأمراض والوقاية منه (CDC) Center for Diseases Control and Prevention أن أكثر المشكلات والأمراض الصحية ضراوة في الولايات المتحدة الأمريكية تعزو إلى نمط السلوكيات غير الصحية التي يمارسها الفرد ومنها سلوكيات: العنف والأذى، والتدخين وتعاطي الكحوليات والمخدرات، وجنسية غير شرعية، وغذائية غير صحية، والعزو إلى النشاط البدني.

### • أهداف التربية الصحية:

- باستقراء الأدبيات التي اتخذت التربية الصحية منحى لها يتضح أن أهداف التربية الصحية تنحصر في مساعدة الطلاب على ما يأتي :
- اكتساب المعلومات والمفاهيم الصحية عن أنفسهم وعن مجتمعهم وعن بيئتهم بما يؤثر على صحتهم الشخصية وصحة مجتمعهم وبيئتهم .
- الحصول على معلومات أساسية بالنسبة للبدن ووظائف الأعضاء والأمراض الشائعة وكيفية المحافظة على الصحة الشخصية وصحة المجتمع.
- تنمية المهارات الصحية المناسبة بما يؤدي إلى تكوين عادات صحية سليمة وسلوك حميد.
- استخدام الأسلوب العلمي في الأمور الصحية في حياتهم اليومية.
- تنمية الاتجاهات والقيم الصحية السليمة.
- تنمية عناصر الثقافة الصحية لديهم بما يساعدهم على اتخاذ قرارات سليمة تجاه صحتهم الشخصية وصحة مجتمعهم وبيئتهم .
- تقدير جهود لعلماء والأطباء في مجال الطب والصحة.

### • مجالات التربية الصحية:

- تتداخل مجالات التربية الصحية وتتشابك بشكل يصعب أو يتعذر الفصل بينها؛ فكل مجال يؤثر في المجالات الأخرى، وهذه المجالات هي :
- الصحة الشخصية **Personal Health** وتشمل البيئة المنزلية الصحية، والنظافة الشخصية، والتغذية الصحية .
- التغذية **Nutrition** ويهدف إلى الوعي الغذائي للأفراد على جميع المستويات الاجتماعية والاقتصادية بما يحقق عادات غذائية صحية سليمة .
- التربية الأمنية والإسعافات الأولية **Safety and First Aids Education** ويهدف إلى توجيه الأفراد للعناية بأمانهم وسلامتهم الشخصية حتى يستطيعوا تجنب المخاطر والحوادث الفجائية، واتخاذ القرارات الكفيلة بتقليل نسبة الإصابات في حالة وقوع الحوادث سواء في المنزل، أم المدرسة، أم الشارع .

- ◀ التربية الجنسية **Sexual Education** ويهدف إلى توعية الأفراد بالتكوين التشريحي والوظيفي للجهاز التناسلي في الإنسان، والزواج، والأمومة، والأبوة، ومراحل تكوين الجنين، والمشكلات الجنسية الصحية .
- ◀ صحة البيئة **Environment Health** ويهتم بغرس المفاهيم الصحية بشأن المحافظة على صلاحية البيئة التي يعيش فيها الأفراد وباقي الكائنات الحية .
- ◀ الصحة العقلية والنفسية **Mental and Psychological Health** ويهدف إلى تحقيق الكفاءة النفسية والعقلية لدى الأفراد بغية التحكم في انفعالاته الداخلية والتقليل من المؤثرات الخارجية على وجدانه، وحمايته من الإصابة بالأمراض النفسية والعقلية .
- ◀ العقاقير والكحوليات والتبغ **Drug, Alcohol and Tobacco** ويهدف إلى توضيح وإبراز الأضرار الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية الناجمة عن سوء استخدام العقاقير وتعاطي الكحوليات والمخدرات .
- ◀ الأمراض والوقاية منها **Diseases and Prevention** ويهدف إلى دراسة الأمراض المعدية وغير المعدية، وأسبابها، وطرق الوقاية منها .
- ◀ صحة المستهلك **Consumer Health** ويهدف إلى المحافظة على صحة المستهلك وحمايته سواء أكان عن طريق الالتزام بالحقائق عن الإعلان عن الأطعمة، أو تقييم الحملات الدعائية، والتأمين الصحي، وتصويب المعتقدات غير الصحية، وكذلك البدع والخرافات .

### • الثقافة الصحية:

ظهر مصطلح الثقافة الصحية لأول مرة على مستوى العالم عام ١٩٧٤م في ورقة بحثية بعنوان: التربية الصحية كسياسة اجتماعية **Health Education As Social Policy**؛ حيث ناقشت التربية الصحية كقضية سياسية تؤثر على نظم العناية الصحية، والنظم التربوية، وعلى الاتصال الشعبي وال جماهيري، وربطت بين التربية ومصطلح الثقافة الصحية .

وتعد الثقافة الصحية من الأسس المهمة لتحسين الصحة؛ خاصة وأن الاكتشافات الطبية تتقدم على نحو يميز بالتسارع والإيقاع المتلاحق عن أي وقت مضى، ومع ذلك فإن الكثير من الأفراد غير قادرين في المضي قدماً نحو ممارسة السلوكيات الصحية من أجل حياة أطول وأفضل؛ فقد أشارت الكثير من الدراسات إلى أن المرضى ذوي مستويات الثقافة الصحية المنخفضة لديهم معدلات عالية في اعتلال الصحة الجسمية، وفي الإصابة بالكثير من الأمراض كالقلب والسكر.

### • سمات المثقف صحياً:

حددت الرابطة الأمريكية للتربية الصحية سمات الشخص المثقف صحياً بأنه لديه القدرة على ما يأتي :

- التفكير الناقد وحل المشكلة **Critical Thinker and Problem Solver**؛  
فالفرد المثقف صحياً هو شخص يفكر تفكيراً ناقداً، ويحل المشكلة التي يحددها ويواجهها بشكل ابتكاري في مستويات متعددة بدءاً من المستوى الشخصي ونهاية إلى المستوى العالمي، وهو الذي يستخدم مختلف المصادر والميديا للوصول إلى معلومات حقيقية موثوق بها ويمكن تطبيقها؛ والتي تتطلب اتخاذ قرارات مرتبطة بالصحة .
- المسؤولية والإنتاج **Responsible, Productive Citizen**؛ فالفرد المثقف صحياً هو مواطن مسئول، ومنتج، ويدرك واجباته لضمان وصولها إلى مجتمعه المحلي حتى يجعله أكثر صحة وأماناً؛ وعلى ذلك فهو شخص يتجنب السلوكيات التي تقف أمام تهديد الصحة والأمان لأنفسهم و/أو الآخرين، ويطبق المبادئ التنظيمية والديمقراطية في اندماجهم مع الآخرين للحفاظ على الصحة الشخصية والأسرية والمجتمعية وتحسينها.
- المتعلم المتوجه ذاتياً **Self - Directed Learner**؛ فالفرد المثقف صحياً هو شخص متعلم بطريقة ذاتية، ولديه القدرة على القيادة في تعزيز الصحة، ولديه الأساس المعرفي للوقاية من الأمراض، وهو شخص لديه قدرة عالية في القراءة والكتابة والمهارات العددية، ومهارات التفكير الناقد، والقدرة على تطبيق المعلومات الصحية كأولوية له في حياته الشخصية .
- الاتصال بفاعلية **Effective Communicator**؛ فالفرد المثقف صحياً هو شخص له القدرة على الاتصال بفاعلية؛ فهو ينظم وينقل معتقداته وأفكاره ومعلوماته الصحية من خلال الوسائط اللفظية والمكتوبة والتقنية؛ وهو شخص يوفر مناخ مناسب لفهم الآخرين والاعتناء بهم، والاستماع إليهم، وتقديم سلوكيات معززة ومشجعة لهم للتعبير عن أنفسهم؛ وهو شخص يدافع بضمير حي عن موقفه من السياسات والبرامج الهادفة إلى تعزيز الصحة على المستويات الشخصية والأسرية والمجتمعية .

### • عناصر الثقافة الصحية:

- يلحظ أنه يوجد ثمة اتفاق بين العديد من الدراسات على أن عناصر الثقافة الصحية تكاد تنحصر فيما يأتي :
- القدرة على تعرف بعض المصطلحات الأساسية المستخدمة في المعلومات والخدمات الصحية سواء قراءة أو كتابة بشكل مبسط وليست بلغة اصطلاحية طبية معقدة .
- القدرة على إدراك المعارف والخدمات الصحية، وإعادة صياغتها بشكل مبسط مفهوم، وإيصالها على هذا النحو للآخرين؛ فضلاً عن تطبيق هذه المعارف في الحياة اليومية.
- التمكن من مهارات التفكير العلمي والناقد بغية اتخاذ القرارات ذات المضامين الصحية العلمية السليمة على المستويات الشخصية والمحلية والعالمية .
- ممارسة السلوكيات الصحية السليمة، والتقليل من المخاطر الصحية المختلفة الناجمة عن الإصابة بالأمراض .
- تصحيح المعتقدات اللاصحية الشائعة على المستوى المحلي باستخدام المهارات اللفظية وغير اللفظية في تطوير العلاقات الصحية الشخصية والمجتمعية والحفاظ عليها.

الاتجاهات الإيجابية نحو تعلم المعارف الصحية وتقديم الخدمات الصحية بغية إتاحة الفرصة للاندماج والاشتراك مع الآخرين في تحسين جودة الحياة في المستويات الأسرية والمدرسية والمجتمعية .

### • البرامج والمشروعات العالمية في التربية الصحية:

برنامج الغذاء من أجل صحة القلب Food for Heart Program وهدف إلى تيسير العناية الأساسية لمرضى القلب ذوي مهارات الثقافة الصحية المنخفضة خاصة في الجانب الغذائي لهم. وقد صيغت أدوات البرنامج بشكل يتناسب في مستوى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي، وعلى ضوء نظرية التغيير السلوكي Behavior Change لتكون دليلاً ومرشداً في تنفيذ البرنامج. وأسفرت نتائج تقييم البرنامج عن فعاليته في تنمية مهارات التنوير الصحي لدى أفراد مجموعة البرنامج.

المعايير القومية للتربية الصحية National Health Education Standards؛ حيث شكلت الرابطة الأمريكية للتربية الصحية لجنة ممثلة من أعضاء الرابطة الأمريكية لتقديم التربية الصحية American Association for the Advancement of Health Education، والرابطة الأمريكية للصحة العامة American Public Health Association، والرابطة الأمريكية للصحة المدرسية American School Health Association، والجمعية الأمريكية لمديري الصحة Society of State Directors of Health، والجمعية الأمريكية لمرضى السرطان American Cancer Society؛ وهدفت إلى صياغة معايير قومية جديدة لتربية الصحية بغية خلق إطارات عامة للمدارس في الولايات المتحدة. وأفرز عمل اللجنة سبعة معايير عريضة تتكامل معاً لتنمية الثقافة الصحية لدى تلاميذ المدارس؛ لكل معيار منطلقاته Rationale، ومؤشرات الأداء Performance Indicators تساعد المعلمين على تحديد المعارف والمهارات والاتجاهات التي ينبغي أن يحرزها التلاميذ بنهاية دراستهم في التعليم العام، وهي :

- ❖ إدراك المفاهيم المرتبطة بتحسين الصحة والوقاية من الأمراض.
  - ❖ التوصل إلى معلومات صحية صادقة بشأن خدمات ومنتجات تحسين الصحة.
  - ❖ ممارسة السلوكيات الصحية السليمة، والتقليل من المخاطر الصحية المختلفة.
  - ❖ تحليل تأثيرات الثقافة والميديا والتكنولوجيا والعوامل الأخرى على الصحة .
  - ❖ استخدام مهارات الاتصال الشخصي لتحسين الصحة .
  - ❖ استخدام مهارات اتخاذ القرار لتحسين الصحة.
  - ❖ الدفاع عن الصحة الشخصية والأسرية والمجتمعية.
- برنامج الوقاية من أمراض القلب المرتكز على المجتمع الكبير Large Community - Based Cardiovascular Disease Prevention Program الذي أُعد للأفراد في المناطق المحرومة حضارياً وخاصة

المهاجرين اللاتينيين الذين يحرزون مستويات دنيا في التعليم. وقد كتبت المواد التعليمية بشكل يتناسب مع مستويات الثقافة الصحية المنخفضة باللغتين الإنجليزية والإسبانية بهدف تنمية المعارف المرتبطة بالوقاية من الأمراض. وقد أثبت البرنامج فعاليته، وأوصى القائمون عليه باستخدام الأسس التي بنيت عليها البرنامج في مجتمعات أخرى محرومة من المدنية.

برنامج عن مرض سلس البول الليلي **A Program about Nocturnal Enuresis** أعد هذا البرنامج للأطفال والمرضى المصابين بسلس البول الليلي وذلك باستخدام منظومة الوسائط المتعددة تشمل: الرسوم الكاريكاتورية، والكارتون المتحرك، والأصوات. وأشارت نتائج تطبيق البرنامج إلى زيادة الوعي بمرض سلس البول الليلي، والتوصية باستخدام الوسائط المتعددة كطريقة اتصالية فعالة مع ذوي مستويات التنور الصحي المنخفض.

برنامج التنور القومي والصحة **National Literacy and Health Program** قدمت الرابطة الكندية للصحة العامة **Canadian Public Health Association (CPHA)** برنامجاً قومياً لمعلمي التربية الصحية بهدف تنمية الثقافة الصحية؛ منطلقاً من أن الأفراد الذين يتسمون بمهارات ثقافة صحية منخفضة لا يفهمون ما يحدثهم عنه معلمي التربية الصحية؛ فضلاً عن عدم قدرتهم على قراءة المعلومات الصحية بدقة، والبعض الآخر لا يستطيع استخدام الخدمات الصحية في حالات الطوارئ. وقد صيغت المصادر والمواد التعليمية المكتوبة بلغة مبسطة تعمل على زيادة الاتصال بين المعلم وطلابه، كما يقدم لمعلمي التربية الصحية الإرشادات اللازمة لكتابة المقالات الصحية، وكتابة المواد التعليمية الصحية بلغة تتناسب مع أفراد المجتمعات ذوي الثقافة الصحية المنخفضة؛ وقد وضعت تلك المصادر والمواد التعليمية في شكل حقائب تعليمية مع خطط تدريسية في الموضوعات الصحية المختلفة.

مشروع حدود الإرشاد في الكحوليات/ المخدرات **Borders Counseling on Alcohol/ Drugs** بدأ هذا المشروع في عام ١٩٨٣م وتم تعديله في عام ٢٠٠٠م بمدينة **Galashiels** في اسكتلندا بهدف تقديم المعلومات الصحية الدقيقة لتعاطي الخمر والمخدرات، كما هدف إلى تقديم المعلومات التي من شأنها تنمية الثقة بالذات، ومهارات اتخاذ القرارات الصحية المناسبة حيال تعاطي الخمر والمخدرات والإسراف في استخدام العقاقير والأدوية.

معايير التربية الصحية بولاية ساوث داكوتا **South Dakota Health Education Standards** قدم قسم التربية والشئون الثقافية بولاية ساوث داكوتا معاييراً للتربية الصحية بهدف خلق مناخاً تدريسياً يمكن الطلاب من تنمية معارفهم الصحية ومقدرتهم على النجاح الأكاديمي. وشملت المعايير الأهداف، ومؤشرات الأداء للصفوف الدراسية؛ مع التأكيد على الترابط الراسي والاستمرارية في مناهج التربية الصحية. وتعتمد مؤشرات الأداء على المبادئ الكلية **Holistic** على

اعتبار أن مفهوم الصحة ذاته مفهوماً كلياً، واستخدمت تلك المؤشرات كأداة للتقويم النهائي لتحصيل الطلاب وتقديمهم.

### • العلم واللاعلم وغير العلم:

يجدر بنا أن نذكر الفارق بين العلم واللاعلم وغير العلم؛ فالعلم يختلف عما هو لا علمي أو مضاد للعلم **Anti-Science** مثل: السحر، والأسطورة، والفراسة، والطب القديم، والتنجيم .

وتتفق هذه المجالات مع العلم في الأهداف؛ لأنها كانت تهدف إلى فهم الظواهر الطبيعية والكونية ومعرفتها تمهيداً للتحكم فيها؛ غير أن طريقتها في إثبات مزاعمها كانت تعارضها البيانات والشواهد؛ ومن ثم فرغم اتفاقها مع العلم في الهدف والغاية؛ فإنها تختلف معه من حيث المنهج؛ لافتقاده شرطي الثقة والثبات؛ ونتج عن ذلك أنه كلما تقدم العلم انسحب ما هو لا علمي، فمتى تقدم العلم تراجع السحر، وحل الفلك محل التنجيم.

أما غير العلم **Non-Science** فلا يتفق مع العلم في هدفه أو منهجه كالفن والفلسفة والأيدلوجية، وقد تزودنا تلك المجالات والمناشط الإنسانية بنوع ما من المعرفة، كما أنها تنقل المعرفة وتستخدمها بطبيعة الحال، ولكن على النحو الذي تختلف فيه مع هدف العلم ومنهجه على السواء، ومهما تقدم العلم فلن تجور حدوده على مناطق نفوذ تلك المناشط والمجالات.. ومن هنا تختلف صلة العلم بها عن صلته عما هو لا علمي أو مضاد للعلم .

وبنفس المنطق هناك مدركات أو سلوكيات يمارسها أفراد المجتمع بشكل غير صحي؛ فقد انتشرت في الآونة الأخيرة محال وصيدليات تخصصت في بيع أدوية منتجة من الأعشاب؛ والتي تركز على المقويات والفيتامينات وعلاج العديد من الأمراض؛ فأغلب الذين يصرفون تلك الأدوية والخلطات العشبية لا يحملون المؤهل العلمي معتمدين بذلك على مطبوعات ( برشورات ) مليئة بالكلام والدعايات، وفيها شرح لكل صنف من الأدوية؛ حيث انخدع العديد من المواطنين بشراء تلك الأعشاب وهم لا يعلمون مدى سلامتها وصلاحيتها وهل هي مرخصة أم لا؟ وطالب البعض بفرض رقابة صارمة، وإغلاق تلك المحال حتى لا تستفحل الظاهرة وعدم الانتظار حتى تتفاقم المشاكل والتداعيات.

ولقيت تلك الوصفات إقبالاً كبيراً من مختلف الأعمار، وهذا بسبب ثقة الناس في فوائد تلك الأعشاب، وسهولة الوصول إليها في محال العطارة أو عبر وسائل الاتصالات المختلفة، كالإنترنت و"الانستجرام" و"الواتس أب"، ولعل ما جعل الناس يُقبلون على الأعشاب الطبية أيضاً، رخص ثمنها مقارنة بمراجعة العيادات الطبية المتخصصة.

ومنمن الحالات التي توضح الدجل الذي بثه العديد من باعة الوهم ما يأتي: توضح "ن.س" -ربة منزل- أنها كثيرة على التردد على محال العطارة لشراء الحبة السوداء والأعشاب التي توصف لعلاج الصداع وآلام القولون؛ اعتقاداً منها بأنها أفضل من الذهاب إلى المستشفيات وانتظار المواعيد وصرف الأدوية التي تزيد مرضها، مُشيرة إلى أن خلطات الأجداد العشبية تزيد الشخص قوة وصحة!!!

وبين "ج.ع" -موظف- أن معاناته المزمّنة مع المغص دفعته للذهاب إلى "العطار"؛ لأنه لا يحب شرب الأدوية، مُشيراً إلى أنه وجهه بتناول ملعقة كبيرة من "إليانسون" بعد أن تُطبخ في ربع لتر من الماء، وتُشرب بمعدل أربع حصص في اليوم، موضحةً أنه يمكن استخدامها أيضاً للأطفال بمقدار ثلاث ملاعق صغيرة يومياً!!!

وأشارت "ح.ص" -معلمة- إلى وجود خلطات لتبييض البشرة ومعالجة الصدفية، إلى جانب العديد من الخلطات الأخرى للعناية بالشعر، حيث يتم عرضها عن طريق الإنترنت والإنستجرام، موضحةً أنها -للأسف- تكون مغشوشة، إذ تحتوي على نسب كبيرة من المواد الكيميائية، لافتةً إلى أنها اشترت عبر تلك الوسائل كريمًا لتبييض البشرة واستمرت في استخدامه ثلاثة أشهر دون أي نتيجة، لتفاجأ بعد ذلك أن الكريم خال من المواد الفاعلة، حامدة المولى -عز وجل- أن الكريم لم يتسبب لها بتشوهات لا يمكن علاجها.

