



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche Scientifique



مخبر القياس

جامعة الجزائر (2 أبو القاسم سعد الله)

والإرشاد النفسي

Laboratoire de Psychométrie & Counseling

Université Alger 2 (Aboul Kacem Saadallah)

مجلة المرشد عدد خاص



الملتقى الوطني السادس حول:

الوعي الصحي والتدخلات الإرشادية الوقائية لتنميته في المجتمع
الجزائري: واقع وتحديات

AFITEX ALGÉRIE
Drainage - Soutènement - Étanchéité

بمساهمة

العدد 7 مارس 2019



مخبر القياس والإرشاد النفسي، جامعة الجزائر 2، حي جمال الدين الأفغاني، بوزريعة، 16225، الجزائر
Laboratoire de Psychométrie et Consulting - université d'Alger 2, Rue Djamel Eddine El Afghani, Bouzareah, 16225-Alger.

Tél / Fax : (+213) 023 18 08 29 / (+213) 023 18 08 30

E-mail : www.univ-alger2.dz/laboratoire-psychometrie

الرئيسة الشرفية للملتقى
أ.د/ زرداوي فتيحة مديرة جامعة الجزائر2

المشرف العام للملتقى
أ.د/ ناصر الدين زبدي عميد كلية العلوم الاجتماعية ورئيس تحرير مجلة المرشد

المنسق العام للملتقى
د. زقعار فتحي مدير مخبر القياس والإرشاد النفسي ومحرر مساعد بمجلة المرشد

رئيسة الملتقى
أ.د/ سايل حدة وحيدة محرر مساعد بمجلة المرشد

رئيس اللجنة العلمية للملتقى
أ.د/ دوقة أحمد ومحرر مساعد بمجلة المرشد

رئيسة اللجنة التنظيمية
د. برزوان حسيبة مراجع بمجلة المرشد

نائبة رئيسة اللجنة التنظيمية
د. فاطمة الزهراء اليازيدي

المقررة العامة للملتقى
أ.د/ لويزة فرشان

رئيسة لجنة صياغة توصيات الملتقى
أ.د/ نصيرة بن نبي

L. P. C

إشكالية الملتقى

تعرف منظمة الصحة العالمية منذ 1948 الصحة كحالة من اكتمال الرفاهية الجسدية والعقلية والاجتماعية، لا مجرد انعدام المرض أو العجز. حاليا لا تعتبر الصحة مفهوماً سلبياً يتمتع بها الأفراد في كل الأحوال دون تدخل منهم، بل أصبحت مفهوماً ديناميكياً يحتاج إلى بذل جهود من قبلهم لأجل تحقيقها والحفاظ عليها، وعليه تعد دراسة وفهم الممارسات السلوكية المضرة بالصحة وتلك المنمية لها وكذا الاتجاهات نحو الصحة والسلوك الصحي، الخطوة الأولى نحو تحديد الموارد المنمية للوعي الصحي والعمل على تطويره، وتحديد العوامل والاتجاهات التي تعيقه من أجل العمل على تعديلها، الأمر الذي ينعكس في النهاية على النمو الصحي وتخطيط تنمية الصحة وتطوير برامج وقاية مناسبة وذات نوعية (منظمة الصحة العالمية، 2016).

أجري عدد من الدراسات لمعرفة وتحديد الأنشطة التي يؤديها الأفراد بغرض حماية صحتهم، تم على إثرها تحديد أنماط السلوك الصحية وهي بمثابة مؤشرات الوعي الصحي. وتعد دراستها وتنميتها مسألة ذات أهمية كبيرة لارتباطها بالجوانب الجسدية والنفسية أيضاً، وهي الخطوة الأولى نحو تحديد الموارد المنمية للوعي الصحي والعمل على تطويره، وتحديد العوامل التي تعيقه من أجل العمل على تعديلها.

ميّز Matarazzo بين السلوكيات الصحية ذات التأثيرات السلبية المضرة بالصحة وأخرى ذات تأثيرات ايجابية وهي وقائية. وتعتبر السلوكيات الصحية أو الوقائية (كتمارين الرياضة، تناول الأغذية الصحية، تفادي التدخين وتعاطي الكحول وإتباع التعليمات الطبية، استشارة الطبيب بانتظام، النوم بصورة كافية، وضع حزام الأمان، تنظيف الأسنان بانتظام، وضع الكريمة الواقية من الشمس، استعمال الواقي...) ولقد تم تعريف هذه السلوكيات الصحية على أنها الأفعال التي يتم إدراكها كفوائد والتي يتم تنفيذها بهدف الوقاية من الأمراض أو الكشف عنها في مرحلة مبكرة، فيدرك الأفراد بأن هذه السلوكيات يمكن أن تساعدهم على البقاء بصحة جيدة، فيقومون بتبنيها بصفة واعية.

لكن قضية الصحة لا تتوقف على السلوك الفردي بل تخص أيضاً المجتمع، وتشارك فيه هيئات ومؤسسات وصناع القرار، تجعل من الصحة قضية لا يمكن الاعتماد على الفرد لتحقيقها بل تتطلب تدخل أشمل وأوسع من قبل الجميع، لأجل ترقية الصحة وتفادي انتشار الأمراض والتعقيدات الصحية.

وقد تكون الجهود الفردية غير كافية لأجل تنمية الوعي الصحي لدى أفراد المجتمع، وهنا يكمن التحدي، كيف نساهم كمختصين في العلوم الاجتماعية في الارتقاء بالصحة؟ لذلك يتطلب الأمر تدخلات وقائية، إرشادية وتربوية صحية، في هذا السياق، عرّفت منظمة الصحة العالمية في الاجتماع 36 (1983) التربية الصحية على أنها "مجموع أنشطة الإعلام والتربية التي تحث الأفراد على البحث عن الحالة الصحية ومعرفة ما يمكن فعله فردياً وجماعياً للحفاظ على الصحة والبحث عن المساعدة عند الحاجة".

وانطلاقاً مما تقدم، تتمحور أهداف هذا الملتقى حول التفكير في موضوع الوعي الصحي ومحدداته ومعوقاته وتحديد طرق تنميته انطلاقاً من تجارب مختلف الفاعلين من

المتدخلين(المختصين في العلوم الاجتماعية: نفسانيين ومختصين في علم النفس الاجتماعي وفي علم الاجتماع والأطباء...) وذلك عن طريق الإجابة عن التساؤلات التالية:

- ما هو واقع انتشار الوعي الصحي بالمجتمع الجزائري؟
- ما مدى انتشار السلوكيات الصحية لدى كل الفئات في مجالات مختلفة: تربوية، مهنية...؟
- ما هي العوامل النفسية والسلوكية المساهمة في توجه الأفراد لتبني السلوك الصحي؟
- ما هي المعوقات النفسية والمعرفية التي تمنع من تبني السلوكيات الصحية؟
- ما هو دور الإرشاد النفسي والتربية الصحية في تنمية الوعي الصحي لدى الأفراد في مختلف الفئات العمرية وفي المجالات المختلفة: التربوية، المهنية...؟

أهداف الملتقى الوطني:

يسعى هذا الملتقى الوطني إلى تحقيق الأهداف الآتية:

1. تسليط الضوء على واقع انتشار الوعي الصحي بمجتمعنا من خلال انتشار السلوكيات الصحية
2. عرض الأبعاد النفسية الاجتماعية والسلوكية ذات الصلة بالسلوك الصحي
3. تحديد أدوات قياس السلوك الصحي ومحدداته
4. تسليط الضوء على صحة الأطفال والراشدين في مختلف المجالات
5. عرض أهم التدخلات الوقائية لأجل حت الأفراد ومرافقتهم لتبني السلوكيات الصحية.

محاور الملتقى الوطني:

- المحور الأول: السلوكيات الصحية (الوقائية والخطرة)
- المحور الثاني: العوامل النفسية والسلوكية المنمية للسلوك الصحي(أساليب الحياة الايجابية والمعتقدات الصحية والتمثلات الاجتماعية).
- المحور الثالث: العوائق النفسية، الاجتماعية والسلوكية المرتبطة بالسلوك الصحي (أنماط الحياة السلبية والمعتقدات الصحية التعويضية والتمثلات الاجتماعية).
- المحور الرابع: الإرشاد النفسي والتربية الصحية لتنمية والحفاظ على السلوك الصحي

اللجنة العلمية للملتقى

جامعة تيارت	د. فايد عادل	جامعة الجزائر 2	أ.د/ زبدي ناصر الدين
جامعة الجزائر 2	د. بوسنة فاطمة	جامعة الجزائر 2	أ.د/ سايل حدة وحيدة
جامعة الجزائر 2	د. زينات فطيمة	جامعة الجزائر 2	أ.د/ لحرش محمد
جامعة الجزائر 2	د. قهار صبرينة	جامعة الجزائر 2	أ.د/ خطاش ربيعة
جامعة الجزائر 2	د. مهمل آسيا	جامعة الجزائر 2	أ.د/ مسيلي رشيد
جامعة الجزائر 2	د. بن صافية عائشة	جامعة الجزائر 2	أ.د/ بلعربي الطيب
جامعة البليدة 2	د. زعموشي رضوان	جامعة الجزائر 2	أ.د/ مزياتي فتيحة
جامعة البليدة 2	د. تواتي نواردة	جامعة الجزائر 2	أ.د/ فرشان لويزة
جامعة البليدة 2	د. اليازيدي فاطمة الزهراء	جامعة البليدة 2	أ.د/ لورسي عبد القادر
المدرسة العليا للأساتذة بوزريعة	د. بلعسله فتيحة	جامعة الجزائر 2	أ.د/ خطار زهية
جامعة الجزائر 2	د. صالحى سعيدة	جامعة الجزائر 2	أ.د/ بن نبي نصيرة
جامعة تيزي وزو	د. بن سي السعيد نعيمة	جامعة باريس 8	أ.د/ المسبوي فريد
جامعة الجزائر 2	د. طوطاوي كريمة	جامعة الأغواط	أ.د/ عرعار سامية
جامعة الجزائر 2	د. محيوز كريمة	جامعة الأغواط	أ.د/ جراي حفصة
جامعة الجزائر 2	د. بوخاري سهام	جامعة الجزائر 2	أ.د/ سليمان جميلة
جامعة الجزائر 2	د. كوسة فاطمة الزهراء	جامعة الجزائر 2	د. برزوان حسيبة
جامعة الجزائر 2	د. طبيبي فريدة	جامعة البليدة 2	د. يعيش مهدية
جامعة الجزائر 2	د. مشتاوي فاطمة الزهراء	جامعة الجزائر 2	د. صحراوي وفاء
جامعة الجزائر 2	د. شريفى هناء	جامعة الجزائر 2	د. يحيى سامية

اللجنة التنظيمية للملتقى

جامعة الجزائر 2	عزيز خالد	جامعة الجزائر 2	د. حاند تسعديت
جامعة الجزائر 2	قنفي عبد المالك	جامعة الجزائر 3	ريد صباح
جامعة الجزائر 2	ماروك نهى	جامعة الجزائر 2	الزين عومار
جامعة الجزائر 2	علاوي دليلة	جامعة الجزائر 2	بياض منار
جامعة الجزائر 2	باشن حمزة	جامعة البليدة 2	شيباني ليلي
جامعة البليدة 2	لعوج مريم	جامعة الجزائر 2	شريف الهواري
جامعة الجزائر 2	عيسات ريان	جامعة الجزائر 2	بوكريطة كوثر
جامعة الجزائر 2	بودوحان فايزة	جامعة الجزائر 2	زوريق غنية
		جامعة الجزائر 2	حيراثي أسماء

الفهرس

7	- الافتتاحية
9	- الوعي الصحي في تنظيم الإنجاب عند المرأة الجزائرية دراسة استقصائية بمنطقة الجزائر العاصمة غرب بياض منار و أ.د/ سايل حدة وحيدة - جامعة الجزائر 2
19	- الوعي الصحي في الكتاب المدرسي: تحليل محتوى كتاب التربية المدنية للمرحلة الابتدائية د. بلعسل فتيحة - المدرسة العليا للأساتذة -بوزريعة
29	- سلوك التدخين عند التلميذ المتمدرس- دراسة ميدانية بثانوية بلقاسم الوزري د.تواتي نوار و د. اليازيدي فاطمة الزهراء - جامعة البليدة 2
39	- الدافعية الصحية في النشاط البدني والأكل الصحي وعلاقتها بالفعالية الذاتية الصحية لدى طلبة الجامعة د. يعيش مهدي - جامعة البليدة 2 أ. د/سايل حدة وحيدة - جامعة الجزائر 2
48	- مستوى الوعي الصحي بمخاطر انتقال المكروبات المسببة للأمراض عن طريق لوحة مفاتيح الحاسوب والأدوات المكتبية لدى الشباب المرتادين على مقاهي الإنترنت بساثن حمزة طالب دكتوراه و د/ برزوان حسبية - جامعة الجزائر 2
57	- Perceptions et connaissances des jeunes algériens en matière de santé Dr. Karima Bouaziz - Université Alger 2
68	- Joints and obesity, Adverse effects and means of prevention BOUKARA*, Z., BENZAOUI, S., LOUAZANI, C., & AMRI AC NOUAR, Z - Blida1 University
77	- Le syndrome post polio, État des lieux Étude observationnelle Algérienne 2010-2017 Z. Boukara, A. Bouamra & A.C.Nouar - U,iversité Blida1
86	- Le rôle de la Thérapie cognitivo - comportementale (TCC) dans la modification des croyances reliées à la santé chez un sujet atteint par l'hypochondrie(La Crainte excessive d'avoir une maladie) Dr M'hamel Assia - Université Alger2
100	- توصيات الملتقى

الإفتتاحية
رئيسة الملتقى السادس حول الوعي الصحي
أ.د/ سائل حدة وحيدة

باسم الله الرحمن الرحيم والصلاة والسلام على أشرف المرسلين
السيدة رئيسة الجامعة
السادة نواب رئيسة الجامعة
السيد عميد كلية العلوم الاجتماعية
السيد نائب العميد ومدير مخبر القياس والإرشاد النفسي
السادة رؤساء الأقسام
السادة رؤساء المخابر
السادة الأساتذة المحترمين
أعزائنا الطلبة والطالبات
ضيوفنا الكرام
رجال الإعلام والصحافة الوطنية
أيها الحضور الكريم
السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته

بداية أتقدم بالشكر الجزيل للسادة مدراء مخبر القياس والإرشاد النفسي الأستاذ زبدي سابقا والدكتور زقعار اللذان فتحا لنا الأبواب للبحث وتنظيم ملتقيات وطنية ودولية حول الصحة النفسية والجسمية والإرشاد النفسي لمعالجة مشكلات اجتماعية مختلفة. أشكر الأستاذ زقعار على سهره لمساعدتنا على تسهيل كل الإجراءات التنظيمية الخاصة بهذا الملتقى. كما أشكر مدير مؤسسة الراعي الرسمي لهذا الملتقى على التسهيلات للتكفل بكل الفاعلين والناشطين.

وتحية خاصة وخالصة للأستاذ الكريم دوقة احمد رئيس اللجنة العلمية للملتقى على جهوده طوال سنوات بالجامعة إلى غاية تقاعده متمنية أن يكون بصحة جيدة.

أقول تتناول إشكالية هذا الملتقى موضوع الوعي الصحي وطرق تنميته في الجزائر، يعد تنظيم هذا الملتقى نتاج بحث جامعي لفرقتنا على مستوى مخبر القياس والإرشاد النفسي والتي تسعى لتحديد المعتقدات الصحية (الدافعية للصحة وفعالية الذات الصحية) وتأثيرها على تبني السلوكيات الصحية، النشاط البدني والأكل الصحي لدى شبابنا من الطلبة عماد المستقبل

7

نهـدف البـحث المـلتقى وإشكالية تشخيص مستويات الوعي الصحي لدى فئات مختلفة في المجتمع الجزائري. ثم التعرف والتفكير في طرق إرشادية والتربية الصحية المعتمدة لحث الأفراد على تبني السلوكيات الصحية.

الصحة: منذ 1948 عرفت منظمة الصحة العالمية الصحة كحالة من اكتمال الرفاهية الجسدية والعقلية والاجتماعية، وهي تؤكد أن الصحة ليست مجرد انعدام المرض أو العجز.

ولا تعتبر الصحة مفهوماً سلبياً يتمتع بها الأفراد في كل الأحوال دون تدخل منهم، بل تعتبر حالياً مفهوماً ديناميكياً يحتاج إلى بذل جهود من قبلهم لأجل تحقيقها والحفاظ عليها،

وعليه، نعتبر دراسة وفهم الممارسات السلوكية المضرّة بالصحة وتلك المنمية لها وكذلك الاتجاهات نحو الصحة والسلوك الصحي، الخطوة الأولى نحو تحديد الموارد المنمية للوعي الصحي والعمل على تطويره، وتحديد العوامل والاتجاهات التي تعيقه من أجل العمل على تعديلها، الأمر الذي ينعكس في النهاية على النمو الصحي وتخطيط تنمية الصحة وتطوير برامج وقاية مناسبة وذات نوعية.

ومسألة الصحة تجمع صناعات القرار وفاعلين من مختلف التخصصات نظراً لتعدد أبعادها: من مختصين في علم النفس، وفي علوم التربية وفي علم الاجتماع، الأطباء ومختصين في التربية البدنية، وفي الصحافة والاعلام، مختصين في الجغرافيا، وفي التغذية، وغيرها من التخصصات.

ومن خلال فعاليات هذا الملتقى ندعو جميع المتدخلين مناقشة المواضيع المقترحة وفقاً لمحاوّر هذا الملتقى والمتعلقة بالعوامل المنمية للصحة وعوامل الخطر المضرّة بها وطرق الإرشاد والتربية الصحية لتدعيمها لدى الأطفال والمراهقين والشباب والموظفين ولدى المسنين من رجال ونساء.

تمنياتنا لجميع المتدخلين تنشيط جلسات علمية ثرية والتوفيق والنجاح في أشغال هذا الملتقى.

شكراً والسلام عليكم

توصيات الملتقى الوطني السادس

اختتمت أشغال الملتقى السادس الموسوم بالوعي الصحي والتدخلات الإرشادية والوقائية لتنميتها في المجتمع الجزائري بجملة من الاقتراحات والتوصيات انبثقت عن مناقشات ثرية شهدتها الورشات المختلفة والتي أدرجتها لجنة التوصيات والمتكونة من:

- أ.د/ بن نبي نصيرة رئيسة،
والأعضاء الآتية أسماءهم:

- أ.د فرشان لويزة
- د. برونان حسيبة
- د. يحي سامية
- د. بلعسله فتيحة
- د. تواتي نوار

1. ضرورة تشريع نصوص قانونية تتضمن كفاءات ومجالات تطبيق التربية الصحية،
2. إشراك مؤسسات الدولة إلى جانب وزارة الصحة (وزارة التربية، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، وزارة الشباب والرياضة، وزارة التجارة، وزارة الفلاحة...) من أجل المساهمة والعمل على ترقية الصحة في المجتمع،
3. تفعيل الوعي الصحي من خلال نشر التربية الصحية باستعمال طرق ووسائل متنوعة كالندوات، المحاضرات وعرض فيديوهات، انجاز مطويات وذلك مع كل الفئات العمرية في المجتمع لرفع المستوى الوعي الصحي بحدّ الأفراد على تبني أنماط حياة صحية وممارسات من شأنها تحسين نوعية الحياة للحد من مخاطر انتشار الأمراض الجسدية، ومناقشة العوائق التي تحول دون ممارستهم للسلوكيات الصحية لأجل تجاوزها باعتبارهم شركاء في اتخاذ القرار بشأن صحتهم،
4. تفعيل تطبيقات الصحة المدرسية من خلال التثقيف الصحي حول مخاطر انتشار الأمراض في الوسط المدرسي وتزويد المتدربين بالمعارف والمعلومات حول التدخين وتعاطي المخدرات والأمراض المتنقلة جنسيا وعن طريق الدم...،
5. إدراج أسس التربية الصحية ضمن البرامج التربوية لحدّ التلاميذ منذ الطفولة على تبني السلوكيات الصحية،
6. تبني استراتيجيات لتسيير الضغوط كالتمارين الرياضية والاسترخاء والتأمل الذاتي في كل البيئات،
7. ضرورة توفير بيئة صحية في أماكن العمل،
8. انجاز بحوث أكاديمية حول التصورات الاجتماعية حول الصحة والمرض، وحول مخاطر الإصابة بأمراض مختلفة منها الأيدز، السرطان، السمنة، الأمراض القلبية...، لتسهيل وتحديد طرق التدخل في التربية الصحية،
9. تشجيع البحث المعمق للكشف عن الأسباب المبررة لعودة المرضى الجزائريين للطب الشعبي التقليدي،
10. اقتراح مؤتمر دولي بنفس الطرح.