

# دليل التدريب في التشخيص الصبي



الجمهورية اللبنانية  
وزارة الصحة العامة



التعاون  
الإيطالي



جمعية الشبان المسيحية



منظمة الصحة العالمية

**دليل التدريب في التثقيف الصحي**  
وزارة الصحة العامة - لبنان  
طبعة تجريبية: أيار ٢٠٠٦

**إعداد**  
رنا حداد إبراهيم  
مستشارة في التثقيف والسلوك الصحي

**تدقيق لفوي**  
بيار شلالا

**تصميم**  
البن المرّ

**تنفيذ**  
**ARTWORKS**

**طباعة**  
**INC.PRINTERS**

# شكر وتقدير

نوجه بالشكر والتقدير إلى كل من ساهم في مراجعة هذا الدليل، إضافة إلى إبداء الآراء وتزويدنا بالمعلومات المساعدة التي مكنتنا من إنتاجه، ونخص بالذكر:

- \* ندى الأغر غبا، منسقة مشاريع الصحة الإيجابية، صندوق الأمم المتحدة للسكان- لبنان
- \* جومانة كالوت، أخصائية صحة عامة، وزارة الشؤون الاجتماعية
- \* نزار رمال، منشط اجتماعي
- \* بيغي حنا، رئيسة دائرة التثقيف الصحي في وزارة الصحة العامة - لبنان
- \* دكتورة رهما عفيفي، استاذة مشاركة و رئيسة دائرة التربية و السلوك الصحي، كلية العلوم الصحية، الجامعة الأمريكية في بيروت

شكر خاص للدعم اللوجيسي من قبل السيدة كلادو حمية، دائرة التثقيف الصحي وزارة الصحة العامة-لبنان.

# كلمة وزير الصحة العامة

يعتبر التثقيف الصحي من أهم ركائز الرعاية الصحية الأولية التي تعمل على تغيير الأفكار والعادات والسلوكيات في المجتمع، وتشكل طريق الوصول إلى الاختيارات الصحيحة فيما يتعلق بالصحة ونوعية الحياة. فهو عملية تواصل مستمرة مع الجمهور حول المواقف المؤثرة في سلوكه الصحي والحياتي.

إن التثقيف الصحي الفعال هو شرط أساسى لتمكين الناس من اختيار وتبني أنماط من السلوك الصحي الجيد. ولا سيما حين يتسلحون بالمعلومات الدقيقة والمهارات المعيشية الملائمة، وحين يشاركون بصورة فعالة، كشركاء في عملية حماية صحتهم وتعزيزها، وحين يحصلون على الدعم اللازم من خلال البرامج الصحية التدريبية المصممة وفقاً لاحتياجاتهم.

فنحن خلال قراءتنا لهذا الدليل التدريبي نرى إننا أمام مرجع ثقافي علمي إرشادي متكامل، يطرح رؤية شاملة وعملية لأساليب وتقنيات التثقيف الصحي. إن هذا الدليل ليس مجرد نظريات غير مفهومة أو صعبة التنفيذ، بل يرسم لنا آليات وأساليب متعددة حول كيفية تثقيف الناس ورفع مستوى فهمهم ووعيهم لواقع صحتهم، تزويدهم بالمعلومات لحل وتجنب المشاكل الصحية التي يعانون منها. ويشجعهم على اتخاذ التدابير الوقائية الأولية وإتباع أساليب الحياة الصحية.

يعمل هذا الدليل على تمكين العامل الصحي في مراكز الرعاية الصحية الأولية من اكتساب المهارات الالزمة للتواصل وتدريب كافة أفراد مجتمعه المحلي حول الأساليب الوقائية، والعمل على إيصال المعلومات الصحية بطريقة مبسطة لتمكين الناس من المشاركة الفعالة في تغيير الأفكار والسلوكيات والعادات الصحية الخاطئة.

وأُنني لعلى يقين أن هذا الدليل يشكل أداة تدريبية فعالة سوف يتم إستعمالها من قبل شريحة كبيرة من الأخصائيين الصحيين في لبنان والمنطقة العربية. وسوف يشكل حلقة من سلسلة مواد تدريبية تقوم دائرة التثقيف الصحي في وزارة الصحة اللبنانية بإنتاجها من ضمن إستراتيجية الرعاية الصحية الأولية.

**الدكتور محمد جواد خليفه**

# PREFACE OF THE AMBASSADOR OF ITALY

The Italian Ministry of Foreign Affairs has, since 1996, been supporting, through direct assistance, technical and financial resources the different educational and health promotion initiatives of the Lebanese Ministry of Public Health through Italian NGOs as well as Projects directly implemented by the Italian Cooperation for Development.

This relationship turned to be very active and it developed in a constructive participatory approach. Among the different sectors of intervention a particular focus was given to the capacity building of paramedical staff, especially nurses, and has been encouraging a multidisciplinary approach in managing chronic patients and developing educational tools to assist the staff in its relation with the patient.

In the framework of this constructive relationship, the Ministry of Public Health, in collaboration with the "Basic Health Services Reform" Project of the Italian Cooperation, is issuing a manual on health education addressed to nurses, social workers and health workers in hospital and health centers to give them techniques and principles in health education to improve their communication and teaching skills with patients as well as guide them on how to produce educational material to better manage and educate their patients.

This manual, the first of its kind in Lebanon in the Arabic language, has been entirely produced and designed by local consultants and peer reviewed by a panel of health education experts working in different academic and professional public and private sectors.

It will be a publication and a tool developed and disseminated by the health education department at the Ministry of Public Health in order to strengthen its position as a referral and umbrella institution that will pave the way and coordinate different health education activities in Lebanon.

I am glad that this manual, together with a series of other training manuals, is again the fruit of a shared exchange of knowledge, experiences and ideas between the Lebanese Ministry of Public Health and a health project of the Italian Cooperation.

Italy strongly believes and encourages this kind of development projects in which it considers itself as a partner and not merely a funding agency.

I am sure that this manual will be an important and helpful tool for any person concerned in health education, considered as a pillar and a base for better management of diseases and prevention of illnesses complications.

**Franco Mistretta  
Ambassador of Italy**



# مقدمة

في ظل ندرة الأدلة باللغة العربية في مجال تعزيز الصحة والتنقيف الصحي، وفي ظل أهمية العمل الوقائي في ما يتعلق بأغلبية المشاكل الصحية التي تعانيها مجتمعنا اليوم والتي من الممكن تفاديتها بالتوعية والتنقيف والتمكين من المهارات عموماً والمهارات الحياتية خصوصاً، أتت مبادرة دائرة التنقيف الصحي في وزارة الصحة العامة في لبنان لتطوير دليل تدريب في مجال التنقيف الصحي. وتم تطوير هذا الدليل بناء على خبرات عاملين وعاملات في هذا المجال، إضافة إلى خبرة معد الدليل، ليأتي دليلاً غنياً بالأمثلة الملموسة بعيداً عن النظريات المجردة.

يستهدف الدليل العاملين في مجال تعزيز الصحة من متخصصين صحيين ومدربين في هذا المجال مهما تكون أماكن ومواضيع عملهم، ويتوجه إليهم بأسلوب سهل تفاعلي ومنهجي مستخدماً العديد من تقنيات الأسلوب الناشط بهدف تطوير المعلومات والماهارات. كما يدعو الدليل الفئة المستهدفة إلى العمل المستمر على تقييم الذات بهدف تطويرها.

يهدف دليل التدريب في مجال التنقيف الصحي على صعيد المجتمع المحلي إلى تعزيز قدرات هؤلاء بما يتعلقب بالخطيط والتنظيم والتنفيذ لنشاطات في التنقيف الصحي من حيث تمكنهم من المعلومات والمهارات والماهارات التي تحولهم القيام بذلك، فضلاً عن إمدادهم بمادة يمكنهم استخدامها في تدريب أترابهم/أقرانهم في مجال التنقيف الصحي. لذلك من الممكن الاطلاع على مواضيع الدليل والاستفادة منها حسب الحاجة الفردية وفي مجال العمل الذي نقوم به. يمكننا تناول كافة المواضيع أو بعضها، بالتسارع الذي ورد في الدليل، ضمن دورة تدريبية مخطططة مسبقاً بناءً على حاجات الفئة المستهدفة منها.

يغطي الدليل، من خلال إحدى عشر فصلاً، المواضيع التالية: التنقيف الصحي وتعزيز الصحة، التّنّقّف الصحي، التواصل في التنقيف الصحي، أساليب وتقنيات ووسائل مستخدمة في التنقيف الصحي، البيئة التدريبية والتنقيفية، التخطيط والتنظيم والتنفيذ لأنشطة في التنقيف الصحي، اشراك المجتمع المحلي، العمل مع الجموعات، إنتاج المواد الإعلامية المطبوعة والعمل مع الإعلام في التنقيف الصحي.

يتم تناول كل موضوع خلال جلسة واحدة أو عدة جلسات تدريبية. قدمت المواضيع بطريقة خلقة وذلك من خلال قصص أو أقوال مأثورة، إضافة إلى مقدمة صغيرة تُعرف فحوى الفصل. يمكننا أن نستخدمها كمقدمة لجلسات التدريب حول الموضوع المعين. ننتقل بعد ذلك إلى خطة الجلسة أو الجلسات حيث يتم تحديد الأهداف والتقنيات المفترض استخدامها بلوغ هذه الأهداف، ومن ثم الموارد والمستندات الازمة لتحقيقها. يلي ذلك شرح مفصل لخطوات سير الجلسة التدريبية مع تحديد الوقت اللازم لجميع الأنشطة. بهدف أن يكون الدليل متكاملاً، خذ ضمن "جعبـةـ الـعلـومـاتـ" المعلومات الأساسية التي يجب الإطلاع عليها للتمكن من تنفيذ الجلسة وإيجاد أجوبة للتمارين التي يتم استخدامها خلال التدريب. كما ونسخها لتوزيعها على المشاركون كمواد داعمة في التدريب. جعبـةـ الـعلـومـاتـ هذه قد لا تغـيـرـ عـنـ الـقـيـامـ بـالـبـحـثـ عـنـ الـعـلـومـاتـ فيـ مـرـاجـعـ أـخـرىـ. يتضمن الدليل أيضاً استمارـةـ لـلـتـقـيـيـمـ منـ قـبـلـ مـسـتـخـدـمـيـهـ. يـحـتـويـ الدـلـيـلـ أـيـضاـ عـلـىـ لـائـحةـ بـالـمـرـاجـعـ الـتـيـ مـنـ الـمـكـنـ اللـجوـءـ إـلـيـهـ. بهدف توسيع أفاق معلومات المدرب والمثقف الصحي.

حين استخدام هذا الدليل للتدريب على مواضيعه، ننصح بقراءته كاملاً والتعمق في ذلك قبل البدء بالتدريب. كما من المهم حين تنفيذ مواضيع منه أن يتم الربط بينها بما يتناسب وأهداف التدريب، إضافة إلى الربط بين فقرات الجلسة الواحدة في حال كان الموضوع الذي يتم تناوله يتآلف من جلسة واحدة وبين مختلف الجلسات في حال كان يُطرح ضمن عدة جلسات. كذلك لقد تم جمع الدليل بطريقة تُسهل عملية تصوير المستندات المطلوبة لتنفيذ النشاطات التدريبية في مختلف الجلسات.

نتمنى أن يستفيد أكبر عدد من العاملين في مجال التنقيف الصحي من هذا الدليل وبهمنا الإطلاع على آرائكم بعد استعماله وذلك من خلال استمارـةـ التـقـيـيـمـ المرفـقـةـ.

رنا حداد إبراهيم

# جدول المحتويات

٩	<b>الفصل الأول: تهذير الصحة والثقافية والسلوك الصحي</b> من التعريف إلى العوامل المؤثرة على السلوك من، أين، متى، لماذا، من، ماذا وكيف نقوم بالثقافية الصحي	
٢٥	<b>الفصل الثاني: المثقف الصحي</b> تعريف وخصائص ودور ... المهارات والماضي	
٣٩	<b>الفصل الثالث: التواصل والمثقف الصحي</b> من التعبير اللفظي وغير اللفظي إلى الإصغاء وإعادة الصياغة	
٦١	<b>الفصل الرابع: الأساليب والتقنيات والوسائل المستخدمة في التثقيف الصحي</b> من التعريف إلى كيفية الاختيار وما هي الاستخدام	
٨١	<b>الفصل الخامس: البيئة التحريرية / التثقيفية</b> أهميةها وتأثيرها... خصائصها... نشاطات	
٩٧	<b>الفصل السادس: التخطيط لنشاط في التثقيف الصحي</b> من تحديد الموضوع إلى التقييم	
١١٧	<b>الفصل السابع: التنظيم والمتابقة لنشاط في التثقيف الصحي</b> من تطوير خطة التنظيم إلى خطة المتابعة	
١٣٥	<b>الفصل الثامن: في إشراك المجتمعات في نشاطات التثقيف الصحي</b> من مفهوم الشراكة المجتمعية إلى عملية المشاركة	
١٤٣	<b>الفصل التاسع: العمل مع المجموعات</b> من التعريف إلى تطوير المجموعات والإنتاجية	
١٦٣	<b>الفصل العاشر: العمل في إتاحة المواد الإعلامية المطبوعة في التثقيف الصحي</b> التعريف والخطوات	
١٧٣	<b>الفصل الحادي عشر: العمل مع الإعلام في التثقيف الصحي</b> من الاتصال إلى التغطية والتنفيذ	
١٨٧	استمرارة تقييم الحلول	
١٩٥	المراجع	