

# لزوم و نقش آموزش بهداشت در ایجاد رفتار بهداشتی مطلوب در دانش‌آموزان مدارس

«دکتر حسین پدیدارنیا (\*)»

مدرسه نفوذ خود را برای ایجاد رفتار بهداشتی مطلوب در دانش‌آموزان به طور مؤثر به کار می‌برند.

روانشناسان روی این موضوع اتفاق نظر دارند که اگر بخواهیم در رابطه با محیط، عوامل مؤثر در رفتار انسان را بررسی و مشخص نماییم باید این عوامل را در محیط خانه و مدرسه و اجتماع جستجو کنیم. رفتار انسان جنبه‌های مختلف دارد، با توجه به موضوع مورد بحث، منظور ما جنبه‌های بهداشتی رفتار انسان است که متأثر از تأثیر متقابل آموزش بهداشت در محیط خانه و مدرسه و اجتماع می‌باشد. باید دانست که در آموزش بهداشت موضوع تغییر مطرح است نه نوسازی. ما می‌خواهیم رفتارهای غلط بهداشتی را که دانش‌آموزان در خانه و مدرسه و جامعه دارند به نحو صحیح تغییر داده و اصلاح کنیم، نه این که این رفتارها را از بین برده و نوسازی نماییم. بنابر نظر متخصصین آموزشی، آموزش بهداشت به عنوان یک عامل مهم تغییر رفتار شناخته شده است و می‌تواند برای حفظ و سلامتی دانش‌آموزان نقش عمده‌ای داشته باشد. البته نباید این موضوع مهم فراموش گردد که دانش‌آموزان علاوه بر آموزش باید مسائل مختلف بهداشتی را درک کرده و در حل این مسائل شرکت فعال داشته باشند، زیرا بهداشت را باید کسب کرد و این امر مستلزم شرکت فعال یعنی کار عملی است و لازمه‌ی شرکت فعال، آموزش بهداشت صحیح است.

گرچه هدف آموزش بهداشت در مدرسه، بهداشت دانش‌آموزان است ولی محتوای برنامه‌های آموزش بهداشت در مدرسه باید مبتنی بر نیازهای بهداشتی دانش‌آموزان در خانه و مدرسه و جامعه باشد. ما امروز به خوبی به این مسأله آگاه هستیم که سلامت دانش‌آموزان تحت تأثیر محیط زندگی آن‌ها یعنی خانه و مدرسه و جامعه است و برنامه‌های آموزش بهداشت می‌تواند در پیشرفت و

(\*) استادیار دانشکده‌ی علوم تربیتی دانشگاه اصفهان

یکی از محیط‌هایی که در بالا بردن سطح اطلاعات و معلومات بهداشتی افراد مؤثر است، محیط‌های تربیتی می‌باشد. بی‌تردید قسمتی از رفتار فرد ناشی از یادگیری در مدرسه و یا دانشگاه است. سال‌هایی که دانش‌آموزان در مدرسه می‌گذرانند، از نظر رشد و تکامل جسمی و روانی و بلوغ جنسی حائز اهمیت است. هدف اصلی خدمات بهداشتی در مدارس بیشتر باید متوجه این رشد و تکامل و از بین بردن موانعی باشد که از نظر بهداشتی برای دانش‌آموزان در این سنین مضر به نظر می‌رسد. متخصصین تعلیم و تربیت نیز یکی از مهمترین هدف‌های آموزش و پرورش را بهداشت و سازگاری شخصی و اجتماعی دانسته‌اند، زیرا منظور از آموزش و پرورش، تربیت افرادی است که از نظر جسمی و روانی و اجتماعی سالم باشند.

در این مقاله این سؤال مطرح است که آموزش بهداشت در مدارس چیست و چه نقشی در رشد و سلامتی دانش‌آموزان در مدارس دارد؟ ولی قیل از این که به این سؤال جواب دهیم لازم است این نکته را گوشزد نمایم که منظور از نوشتن این مقاله تهیه‌ی یک برنامه‌ی آموزش بهداشت برای مدارس نیست. بلکه هدف این است که لزوم و نقش آموزش بهداشت در ایجاد رفتار بهداشتی مطلوب در دانش‌آموزان مورد بررسی قرار گیرد.

علاوه بر خدمات بهداشتی در مدرسه و بهداشت محیط مدرسه، آموزش بهداشت در مدارس یکی از مهمترین فعالیت‌های بهداشتی در واحد آموزشی است و عبارت می‌باشد از آموزشی که برای بالا بردن سطح دانش بهداشت دانش‌آموزان در مدرسه انجام می‌گیرد. این آموزش تحت راهنمایی و سرپرستی کلیه‌ی کارکنان مدرسه مخصوصاً مربیان بهداشت مدارس انجام می‌پذیرد. به عبارت دیگر آموزش بهداشت در مدرسه شامل مراحل است که تمام عوامل آموزشی مانند مدیران، معلمان، مواد آموزشی و کارکنان بهداشتی در



بهبود این محیط مفید و مؤثر باشد. محیط اول یعنی خانه تأثیر زیادی در شکل‌پذیری شخصیت رفتار بهداشتی دانش‌آموزان خواهد داشت. محیط دوم یعنی مدرسه متمم این شکل‌پذیری و رفتارهای بهداشتی اولیه‌ی دانش‌آموزان در خانه است، اگر دانش‌آموزان در مدرسه از مریبان بهداشت دلسوز و آگاه و متعهد و برنامه‌های آموزش بهداشت صحیح برخوردار گردند، برای ورود به محیط بعدی یعنی جامعه آماده می‌شوند. بدون تردید بی‌توجهی و کوتاهی در امر آموزش بهداشت در مدرسه در دانش‌آموزان اثر نامطلوبی خواهد گذاشت که لطمه‌ی شدیدی بر رفتار بهداشتی دانش‌آموزان در جامعه وارد خواهد ساخت. به‌عنوان مثال چرا ما در جامعه فارغ‌التحصیل در مراحل مختلف تحصیلی داریم که اعتیاد به سیگار و مواد مخدر دارند؟ چرا اصول رژیم غذایی صحیح را نمی‌دانند؟ چرا دختران با مهمترین مسائل زندگی خود یعنی مسائل مربوط به بارداری و بهداشت و تغذیه‌ی کودک آشنا نیستند؟ چرا جوانان گاهی سلامتی خود را به دست خود به خطر می‌اندازند؟ چرا راه‌های پیشگیری از پیری زودرس را نمی‌دانند؟ چرا قادر نیستند اصول بهداشت را درباره‌ی خود رعایت نمایند؟ آیا این امر ناشی از نقص در برنامه‌ریزی آموزشی و محتوای برنامه‌های درسی در سازمان‌های تربیتی در سطوح مختلف نیست؟ بعد از برنامه‌ها و کتاب‌ها و مواد آموزشی، معلمان و دبیران که برای تدریس تربیت شده‌اند و از نظر عاطفی سالم بوده و علاقمند به سلامتی دانش‌آموزان می‌باشند، مهمترین عامل مؤثر در برنامه‌های آموزش بهداشت در مدرسه می‌باشند. موفقیت معلمان در امر مشکل و متغیر آموزش بهداشت در مدرسه نه تنها با کارآموزی زمینه تحصیلات آن‌ها ارتباط دارد بلکه پشتیبانی و راهنمایی‌هایی که از طرف مریبان بهداشت مدارس و مدیریت سازمان‌های تربیتی دریافت می‌دارند نقش مؤثری در پیشرفت اقدامات آنان خواهد داشت. به‌خوبی می‌دانیم که دانش‌آموزان در خلأ زندگی نمی‌کنند و سلامت آنان تحت تأثیر محیط خانه و مدرسه و جامعه است، اگر دانش‌آموزان در این سه، محیط آموزش‌های اساسی در مورد حفظ و نگهداری سلامتی خود را ببینند تا جزو ارزش‌های زیستی آنان گردد، بی‌تردید وقتی وارد جامعه می‌شوند دارای رفتارهای بهداشتی صحیح خواهند گردید.

هدف‌های آموزش بهداشت در مدارس را از یک طرف احتیاجات

اساسی دانش‌آموزان و پیشامدها و اتفاقات واز طرف دیگر اهداف وسیع تعلیم و تربیت معین و مشخص می‌سازد. باید دانست که آموزش بهداشت در مدرسه خود یک قسمت از برنامه‌ی بهداشت عمومی در جامعه است و تا حدی هدف‌های آن برحسب احتیاجات بهداشت عمومی تنظیم خواهد گردید. همان‌طور که وضع بهداشت تغییر می‌کند، هدف‌های آموزش بهداشت در مدرسه نیز متغیر است. متخصصین تعلیم و تربیت هدف‌های آموزش و پرورش را با تغییر زمان توجیه می‌کنند. بنابراین مریبان بهداشت مدارس نیز باید اهداف برنامه‌های آموزش بهداشت در مدارس را بررسی نموده و مورد تجدید نظر قرار دهند تا هماهنگی بیشتری با هدف‌های وسیع و متغیر برنامه‌های بهداشت عمومی و تعلیم و تربیت داشته باشد.

تنها با ذکر اصول و تعلیم مبانی آموزش بهداشت و انتقال حقایق بهداشتی به دانش‌آموزان در مدارس نباید قانع و راضی گردید. با سخنرانی و نمایش فیلم و توزیع نشریات مختلف در مدارس نمی‌توان شالوده‌ی ارزش‌های بهداشتی را پی‌ریزی نمود. باید طرز ایجاد و توسعه‌ی میزان‌های ارزش‌های بهداشتی دانش‌آموزان را مشخص کرد و با توجه به زمینه‌های خانوادگی راه‌هایی را که در تقویت بهداشت دانش‌آموزان مؤثر هستند، برگزید. آموزش حقایق بهداشتی گرچه مهم هستند ولی به تنهایی نمی‌تواند موجب اصلاح رفتار بهداشتی صحیح که فوق‌العاده مورد نیاز یک فرد است، گردند. آموزش بهداشت در مدارس باید براساس کمک به دانش‌آموزان باشد تا بتوانند تندرستی خود را از طریق کوشش‌های فردی و جمعی به دست آورند.

خدمات بهداشتی مختلف برای مبارزه با بیماری‌ها لازم و اساسی به‌نظر می‌رسد و تعداد قابل ملاحظه‌ای از بیماری‌ها را می‌توان به‌وسیله‌ی واکسیناسیون یا به‌سازی محیط پیشگیری نمود. در مدارس نیز علاوه بر آموزش بهداشت که موضوع این مقاله است، خدمات بهداشتی مختلف و بهداشت محیط مدرسه مورد نیاز است ولی مواردی نیز وجود دارد که نمی‌توان فقط با یک نوع خدمات بهداشتی به‌مقابله و مبارزه با آن‌ها پرداخت. در پیشگیری و مبارزه و ریشه‌کن نمودن این نوع بیماری‌ها بیش از آن‌که با عامل بیماری سر و کار داشته باشیم، باید با طرز تفکر و رفتار دانش‌آموزان آشنا گردیم. بنابراین خدمات بهداشتی برای مبارزه و



ریشه‌کن کردن بیماری‌ها تنها مربوط و محدود به پیشگیری و درمان و سالم‌سازی محیط نمی‌گردد. تفهیم و درک سلامتی و امراض در چهارچوب علوم روان‌شناسی و جامعه‌شناسی و جنبه‌های فرهنگی رفتار آنان امکان‌پذیر است. به‌عنوان مثال کنترل رفتار تغذیه دانش‌آموزان برای پیشگیری از ابتلا به امراض قلب و عروق و یا تشویق افراد جهت ترک اعتیاد به سیگار برای پیشگیری از سرطان ریه، پذیرش تنظیم خانواده به‌عنوان یک شیوه‌ی زندگی برای پیشگیری از افزایش نامتناسب جمعیت و رابطه بین بیماری‌های روانی و تربیت خانوادگی افراد، از جمله مسائلی است که خدمات بهداشتی و بهداشت محیط مدرسه را بدون توجه به امر مهم آموزش بهداشت در مدرسه مطرود می‌سازد.

برنامه‌های آموزش بهداشت در مدارس را می‌توان تحت سه دسته‌ی کلی مورد مطالعه و بررسی قرار داد:

آموزش بهداشت فردی.

آموزش بهداشت اتفاقی یا غیررسمی.

آموزش بهداشت سیستماتیک.

۱ - آموزش بهداشت فردی یکی از راه‌های آموزشی است که بسیار مورد نیاز می‌باشد، زیرا بهداشت یک موضوع شخصی است و به‌توجه انفرادی نیاز دارد. به‌عنوان مثال دانش‌آموزی که دچار سوءتغذیه است و یا عفونت چشم و گوش دارد و به‌مریی بهداشت مدرسه یا پزشک مراجعه کرده است، باید بداند چرا و چگونه مبتلا به بیماری شده و راه‌های پیشگیری از ابتلا به بیماری او چیست و برای معالجه چه باید بکند تا بهبودی کامل حاصل نماید. همه‌ی ما کارکنان بهداشتی ناظر بر این آموزش بوده‌ایم که اغلب بهترین و مهمترین آموزش در زمینه‌ی بهداشت به‌صورت انفرادی انجام می‌پذیرد. به‌عنوان مثال آموزش انفرادی بین خود دانش‌آموزان و معلمان یا مربیان بهداشت در مدرسه، این افراد در تماس مستقیم باهم هستند و مطالب و مسائل بهداشتی را با هم مورد بحث قرار می‌دهند.

۲ - آموزش بهداشت اتفاقی یا غیر رسمی: همیشه در سازمان‌های تربیتی فرصت‌هایی به‌صورت اتفاقی پیدا می‌شود که می‌توان جهت آموزش بهداشت از آن‌ها استفاده کرد. مربیان بهداشت مدارس و معلمان باید کوشش و دقت نمایند از این اتفاقات و حوادث روزانه برای آموزش بهره‌برداری نمایند. به‌عنوان مثال

دانش‌آموزی که در مدرسه مبتلا به بیماری اوریون یا آبله‌مرغان گردیده یا دچار بیماری صرع است و حملات صرعی او را فرا گرفته یا در میدان ورزش دچار دررفتگی مفصل یا شکستگی استخوان یا طپش قلب شده است، این حوادث و اتفاقات می‌توانند دقایق پر ارزشی از لحاظ آموزشی باشند، زیرا نه‌تنها خود راهی برای آموزش بهداشت مؤثر برای دانش‌آموزان است، بلکه آنان را برای بهداشت آماده و علاقمند می‌کند و ممکن است سبب ایجاد اقدامات بهداشتی توسط آنان گردد.

۳- آموزش بهداشت سیستماتیک: منظور آموزش رسمی درس بهداشت است که در محتوای برنامه‌ریزی آموزشی در مقاطع تحصیلی مختلف پیش‌بینی گردیده و توسط معلمان آموخته تدریس می‌گردد. دروس بهداشت باید یا به‌طور جداگانه و یا در دروس دیگر نظیر درس علوم اجتماعی و طبیعی و دروس فنون بازرگانی و حرفه‌ای ادغام گردد. درس آموزش بهداشت نباید فقط در رشته‌های مخصوصی تدریس گردد. بلکه لازم است در برنامه‌ریزی درسی کلیه‌ی رشته‌های تحصیلی منظور شود. زیرا مورد نیاز کلیه‌ی دانش‌آموزان و دانشجویان در تمام رشته‌های تحصیلی است. محتوای دروس آموزش بهداشت که تدریس می‌شود باید همیشه براساس دانش ما از حقیقت و طرز رفتار و فکر دانش‌آموزان و اعمال و احتیاجات جسمانی و روانی و اجتماعی آنان باشد تا بهداشت و تندرستی در میان دانش‌آموزان ارزش واقعی خود را به‌دست آورد و اساس فلسفه و کار معلمان و مربیان در سازمان‌های تربیتی واقع گردد.

یکی دیگر از عواملی که باید در تهیه‌ی کتاب‌های درسی برای آموزش بهداشت مورد توجه باشد، شرایط و موقعیت مناطق مختلف مملکت است. اغلب دیده شده کتاب‌های درسی بهداشت برای تدریس در سطح کشور تهیه شده است و معلمان تمام مطالب درسی را بدون توجه به موقعیت بهداشتی منطقه‌ی خود در مناطق مختلف به‌طور یک‌نواخت تدریس می‌نمایند. به‌عنوان مثال می‌دانیم که منابع و مواد غذایی در مناطق مختلف کشور ما متفاوت است ولی درس تغذیه و مسائل مربوط به آن به‌یک صورت برای کلیه‌ی دانش‌آموزان مملکت تدریس می‌گردد. هم‌چنین بیماری‌های خاص ممکن است در یک منطقه بیش از مناطق دیگر باشد. بنابراین برای تدریس بهداشت در مدرسه می‌توان مطالبی را توصیه کرد ولی این مطالب وقتی با ارزش

خواهد بود که قابلیت انعطاف داشته و مسائل محیط و منطقه در نظر گرفته شود. مربیان بهداشت مدارس باید برای تعیین مسائل بهداشتی دانش‌آموزان در موقعیت‌ها و مناطق مختلف اقدام نمایند و مسائل بهداشتی خاص در منطقه مربوط به حوزه مأموریت خود را که مستلزم توجهات خاصی است خاطر نشان سازند تا معلمان و سایر مربیان که مسؤلیت آموزش بهداشت را بر عهده دارند از آن‌ها آگاه گردند.

باید دانست که یادگیری جنبه‌ی عقلی و عاطفی دارد و وسعت و دامنه‌ی آن بیش از کسب اطلاعات و آگاهی است. دانش‌آموزان در مدرسه اغلب دروس بهداشت را بدون تفکر و تأمل به‌خاطر سپرده و برای به‌کار بردن اطلاعات خود هیچ‌گونه کوششی به‌عمل نمی‌آورند. دانش‌آموزان باید به‌طور فعال در حل مسائل بهداشتی که برای آنان مفهوم است کار کنند تا بتوانند مطالب نظری را که در مدرسه فراگرفته‌اند، به‌عمل نزدیک نمایند. امروزه یادگیری از طریق عمل کردن و انجام دادن یک اصل کلی در جریان یادگیری مورد نظر است. معلمان و مربیان می‌توانند با به‌کار بردن روش حل مسئله در این مورد اقدام نمایند. با اتخاذ این روش معلمان می‌توانند دانش‌آموزان را راهنمایی نمایند تا به‌طور انفرادی یا دسته‌جمعی مسائل بهداشتی زندگی روزانه‌ی خود را مشخص و انتخاب کرده و اقداماتی برای حل آن بنمایند. در این روش وقتی از طریق بحث و مذاکره دانش‌آموزان در انتخاب و حل مسائل بهداشتی شرکت داشته باشند انگیزش بیشتری جهت یادگیری برای آنان فراهم می‌گردد و نتایج آموزشی که از مراحل مختلف روش حل مسئله به‌دست می‌آید، بهتر فهمیده می‌شود و فراموش نمی‌گردد. در نتیجه دانش‌آموزان در زندگی روزانه‌ی خود هنگام مواجه شدن با این‌گونه مسائل بهداشتی بهتر می‌توانند برای بر طرف کردن آن‌ها اقدامی مؤثر بنمایند.

در پایان تذکر این نکته لازم به‌نظر می‌رسد که در برنامه‌های آموزش بهداشت مدارس نباید موضوع بهداشت و سلامتی دانش‌آموزان را به‌صورت مشکلی که باید کنترل و یا حل شود در نظر گرفت، بلکه آن را به‌منزله‌ی پدیده‌ی اجتماعی - زیستی دانست که باید فهمیده و درک شده و موجب تغییر رفتار گردد. آموزش بهداشت صحیح در مدارس با آموزش و ارائه اطلاعات قطعی و مسلم به‌دانش‌آموزان مدارس آن‌ها را طوری راهنمایی می‌کند تا بتوانند

به‌نحو شایسته عمل نمایند.

## منابع:

- آگاه، سیاوش، اکولوژی انسانی و بهداشت، تهران.
- اسپاک، بنیامین، تغذیه و تربیت کودک، ترجمه مصطفی مدنی، تهران: زوار، ۱۳۵۱.
- براهنی و همکاران، محمدتقی، زمینه‌ی روان‌شناسی، جلد اول و دوم، تهران: رشد، ۱۳۶۹.
- پدیدارنیا، حسین، خدمات بهداشتی برای دانش‌آموزان، از کتاب طب پیش‌گیری و بهداشت عمومی، ۱۳۵۲.
- پدیدارنیا، حسین، بهداشت مدارس (خدمات بهداشتی - بیماری‌های واگیر - آموزش بهداشت) - گروه درسی، ترجمه و تألیف، اصفهان، ۱۳۵۳.
- ثابثی و فتحی، مایه‌کوبی بر ضد بیماری‌های واگیر، تهران، انستیتو پاستور.
- ثریا، مهدی، آموزش بهداشت، تألیف، تهران، ۱۳۳۵، وزارت بهداشتی.
- رشیدپور، ابراهیم، ارتباط جمعی و رشد ملی (نقش روزنامه، رادیو، فیلم، تلویزیون و سایر وسائل ارتباطی در تحولات اجتماعی) تهران: مؤسسه‌ی مطالعات و تحقیقات اجتماعی، ۱۳۴۸.
- سلیم‌پور، کودک در سلامت و بیماری، تهران: چهر، ۱۳۵۸.
- شریعتمداری، علی، جامعه و تعلیم و تربیت، تألیف، اصفهان: شهریار، ۱۳۴۲.
- شریعتمداری، علی، اصول تعلیم و تربیت، تألیف، اصفهان: شهریار، ۱۳۴۲.
- شریعتمداری، علی، فلسفه‌ی تعلیم و تربیت، تألیف، اصفهان: ثقی، ۱۳۴۶.
- غفوری، توفیق، آموزش بهداشت عمومی، تألیف، تهران، ۱۳۵۰، وزارت بهداشتی.
- فرشاد و همکاران، علی‌اصغر، آموزش بهداشت در بهداشت محیط، تألیف، وزارت آموزش و پرورش، ۱۳۶۰.
- فساخکوه، پورآسا، راهنمای آموزش بهداشت در آموزشگاه‌ها، تهران: وزارت بهداشتی.
- کارمندان سازمان همکاری بهداشت، بهداشت مدارس، تهران.
- کیهان، روح‌الله، پیش‌گیری بیماری‌های واگیر در انسان، تهران: ۱۳۳۸.
- مطهری، مرتضی، تعلیم و تربیت در اسلام، قم: الزهراء.
- معتدل، عطاءالله، نشر اندیشه‌ها و روش‌های نو در روستا، تهران.
- نویدی کسمایی، مهین‌دخت، بهداشت آموزشگاه‌ها، دانشگاه تهران.
- " W.Hobsom " the theory and practice of public health .
- Maxcy - Rosenau " Preventive Medicine and public health".
- Report UNESCO " health Education , Sex education for Home and family life " ,
- C.L.Anderson , " Health principles and practice ."
- Who , T.R.S.N.O : 409 " Planning and Evaluation of Health Education services."
- Who , T.R.S.N.O : 485 " Human Development and public Health."