تثقيف الفتيات المكفوفات: الجلسات الصوتية تتفوق في تعزيز الوعي بالدورة الشهرية

تأليف
مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 29, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تثقيف الفتيات المكفوفات: الجلسات الصوتية تتفوق في تعزيز الوعي بالدورة الشهرية. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=120292

ARABPSYCHOLOGY.COM

تخيلِ أن تكوني مراهقة، في فترة حساسة من التغيرات الجسدية والعاطفية، وتواجهين صعوبة في الحصول على معلومات دقيقة وموثوقة حول موضوع حيوي مثل الدورة الشهرية. هذا هو الواقع الذي تعيشه العديد من الفتيات المكفوفات والمُعاقات بصريًا. غالبًا ما تفتقر هذه الفئة إلى الوصول إلى المصادر التعليمية التقليدية، مما يتركهن عرضة للمعلومات الخاطئة والخرافات، ويؤثر سلبًا على صحتهن ورفاههن. دراسة حديثة من جامعة بورسعيد تسلط الضوء على أهمية إيجاد طرق مبتكرة لتوفير التعليم الصحي لهذه الفئة المهمة.

منهجية البحث

قام الباحث علي م. ر. وفريقه في كلية التمريض بجامعة بورسعيد بإجراء دراسة مقارنة لتقييم فعالية طريقتين مختلفتين لتقديم المعلومات حول الدورة الشهرية للمراهقات المكفوفات والمُعاقات بصريًا. شملت الدراسة عينة من المراهقات في هذه الفئة العمرية، وتم تقسيمها عشوائيًا إلى مجموعتين: مجموعة تلقت جلسات تعليمية صوتية، ومجموعة أخرى استخدمت وحدة تعليم ذاتي (وهي مواد تعليمية مكتوبة بطريقة برايل أو بصيغ رقمية يمكن الوصول إليها باستخدام برامج قراءة الشاشة).

الجلسات التعليمية الصوتية كانت عبارة عن تسجيلات صوتية تغطي جميع جوانب الدورة الشهرية، بما في ذلك التغيرات الجسدية والهرمونية، والنظافة الشخصية، وإدارة الألم، والتعامل مع المشاعر المصاحبة للدورة. تم تصميم هذه الجلسات لتكون تفاعلية قدر الإمكان، مع إتاحة الفرصة للمشاركات لطرح الأسئلة والمشاركة في المناقشات. أما الوحدة التعليمية الذاتية، فقد تضمنت مواد مكتوبة بطريقة برايل، بالإضافة إلى مواد رقمية يمكن الوصول إليها باستخدام برامج قراءة الشاشة (وهي برامج تحول النص المكتوب إلى كلام). تم تصميم هذه الوحدة لتكون شاملة وسهلة الاستخدام، مع رسوم توضيحية بسيطة وشرح واضح للمفاهيم الأساسية.

قبل وبعد التدخل التعليمي، قام الباحثون بتقييم معرفة المشاركات بموضوع الدورة الشهرية، وممارساتهن المتعلقة بالنظافة الشخصية، وسلوكهن العام فيما يتعلق بالصحة الإنجابية. تم استخدام استبيانات مصممة خصيصًا لهذه الدراسة، وتم تعديلها لتناسب احتياجات المشاركات المكفوفات والمُعاقات بصريًا. كما تم إجراء مقابلات شخصية مع بعض المشاركات لجمع معلومات إضافية حول تجاربهن وآرائهن.

نتائج البحث

أظهرت النتائج أن الجلسات التعليمية الصوتية كانت أكثر فعالية من الوحدة التعليمية الذاتية في تحسين معرفة المراهقات المكفوفات والمُعاقات بصريًا حول الدورة الشهرية. فقد سجلت المجموعة التي تلقت الجلسات الصوتية درجات أعلى بشكل ملحوظ في اختبارات المعرفة مقارنة بالمجموعة التي استخدمت الوحدة الذاتية.

بالإضافة إلى ذلك، وجدت الدراسة أن الجلسات التعليمية الصوتية أدت إلى تحسينات أكبر في ممارسات النظافة الشخصية والسلوك العام المتعلق بالصحة الإنجابية. فقد أبلغت المشاركات في المجموعة التي تلقت الجلسات الصوتية عن زيادة في استخدامهن للمنتجات الصحية المناسبة، وزيادة في الالتزام بمواعيد الفحوصات الطبية، وزيادة في الثقة بالنفس والقدرة على التعامل مع التحديات المتعلقة بالدورة الشهرية.

أشارت المقابلات الشخصية إلى أن المشاركات كنّ يفضلن الجلسات التعليمية الصوتية لأنها كانت أكثر تفاعلية وشخصية، وأتاحت لهن الفرصة لطرح الأسئلة والحصول على إجابات فورية. كما أشرن إلى أن الاستماع إلى المعلومات كان أسهل وأكثر متعة من قراءة المواد المكتوبة، خاصة وأن بعضهن كنّ يواجهن صعوبة في قراءة طريقة برايل أو استخدام برامج قراءة الشاشة.

ARABPSYCHOLOGY.COM

دلالات البحث

تُظهر هذه الدراسة أهمية تصميم برامج تعليمية صحية تلبي الاحتياجات الخاصة للمراهقات المكفوفات والمُعاقات بصريًا. فقد أثبتت الجلسات التعليمية الصوتية أنها وسيلة فعالة لتوفير المعلومات الدقيقة والموثوقة حول الدورة الشهرية، وتحسين المعرفة والممارسات والسلوكيات المتعلقة بالصحة الإنجابية.

تُعد هذه النتائج ذات أهمية خاصة في ضوء التحديات التي تواجهها هذه الفئة من المراهقات في الحصول على التعليم الصحي. فغالبًا ما يتم تجاهل احتياجاتهن في البرامج التعليمية التقليدية، مما يتركهن عرضة للمعلومات الخاطئة والخرافات.

يوصي الباحثون بتوسيع نطاق هذه الدراسة لتشمل عينات أكبر من المراهقات المكفوفات والمُعاقات بصريًا في مناطق مختلفة، وتقييم فعالية الجلسات التعليمية الصوتية على المدى الطويل. كما يدعون إلى تطوير المزيد من الموارد التعليمية المتاحة لهذه الفئة، بما في ذلك المواد الصوتية والمرئية والمكتوبة بطريقة برايل، وتوفير التدريب للمعلمين والعاملين في مجال الرعاية الصحية حول كيفية التعامل مع احتياجات المراهقات المكفوفات والمُعاقات بصريًا فيما يتعلق بالصحة الإنجابية. إن الاستثمار في صحة وتعليم هذه الفئة ليس مجرد واجب أخلاقي، بل هو أيضًا استثمار في مستقبل مجتمع أكثر شمولاً وإنصافًا.

Reference

Ali M.R. (2025). *Effect of audio educational sessions versus self-instructional module on knowledge, practice and behavior for* visually impaired *adolescent females regarding menstruation*. BMC Public Health, 26(1), 288-288.

DOI: 10.1186/s12889-025-25868-2

ARABPSYCHOLOGY.COM