

AZ EGÉSZSÉGNEVELÉS JELENTŐSÉGE

A WHO meghatározása szerint az egészségnevelés tudatosan létrehozott tanulási lehetőségek összessége, melyek segítik az egyént és a közösséget egészségük előmozdításában tudásuk bővítésével, életmódjuk, magatartásuk alakításával.

Az egészségnevelés több tudományterületet ölel fel: orvostudományt, pedagógiát, pszichológiát, neveléstudományt és szociológiát. Az egészségnevelés feladatköre (tartalma) így lényegesen kitágul: figyelembe veszi az ember biológiai állapotát (testi, szervezeti egészségét) csakúgy, mint a lelki (szellemi, érzelmi, törekvéses) tulajdonságait és a társadalmi együttélésből adódó szociális státuszát (anyagi-gazdasági helyzetét, családi harmóniáját, társadalmi beilleszkedési zavarait) és ezek együttes hatásrendszerében ítéli meg tennivalóit. A tudatos egészségnevelés célja, hogy az egészség kulturális szintjének emelésével, az életmód formálásával elősegítse egyrészt az egészség kialakítását, megtartását, a betegségek megelőzését, másrészt hogy a betegek egészségi állapota mielőbb helyreálljon.

Feladata az emberek tudatos és felelősségteljes magatartásának kialakítására irányuló sokoldalú nevelőtevékenység. Ez magában foglalja az ismeretek átadását, az egészségi jártasságok, készségek, valamint szokások kialakítását. Fontos elérni, hogy az egyén interiorizálja, magáévá tegye mindezeket.

Ezek a célok a primer-, a szekunder-, és a terciér prevencióban válnak elérhetővé. A primer prevenció, az elsődleges megelőzés az egészséges emberekre irányul, a károsító tényezővel való találkozást előzzük meg (ismeretterjesztő előadás, szűrővizsgálatok, anya-gyermekvédelem, foglalkoztatás-egészségügy stb.). A szekunder prevenció az egészsége-

sekre, a kockázati helyzetekben levőkre és a betegek iránnyul (mentálhigiénés klub, kismamagondozás stb.). A terciér prevenció pedig a kompenzált állapotú, egyensúlyban levő idült betegekkel, az utógondozottakkal, és a rehabilitációra szorulókkal foglalkozik (gondozóhálózatok).

Az egészségnevelés mint tudományág komplex jellegű, az orvostudomány és a társadalomtudományok kölcsönhatásában alkot új tudományterületet. Gyakorlata elméleti-tudományos tevékenységre épül, gyűjti, kutatja, rendszerezi az egészség megvédésére, fejlesztésére, visszaszerzésére vonatkozó nevelési, magatartástudományi ismereteket, ezekből gyakorlati következtetéseket von le, s azokat a gyakorlat próbájának veti alá.

Módszereiben jelen kell lennie az egészség állapotáról, a társadalom és az egészség viszonyáról szóló információgyűjtésnek. Biztosítani kell az információfeldolgozást, a feldolgozott információk alapján történő döntéshozatal, a döntés alapján eltervezett egyéni és közösségi cselekvések végrehajtása módszereinek a bemutatását. Az egészségnevelés eredményességéhez az szükséges, hogy ezeket a módszereket a diákok minél többször, valós globális és helyi problémákkal, értékekkel kapcsolatban maguk alkalmazzák.

Ajánlott módszerek az egészségnevelés számára: interjúk, felmérések készítése az iskola közvetlen

partnerei és az egészség viszonyáról; serdülőkori önismereti csoportfoglalkozások, kortárssegítő képzése; problémamegoldó gyakorlatok, értékeléssel; interaktív, sajátélményen alapuló szituációs játékok;



részvétel a helyi egészségvédelmi programokon; sport, kirándulás, egészségnap(ok) rendszeres szervezése; az iskolai egészségügyi szolgálat tevékenységének elősegítése; érveléstechnikai gyakorlatok (hatékony kommunikáció elsajátítása); környezetvédelmi tevékenységek kialakítása (madárvédelem, faültetés); a szabadidő hasznos, értelmes eltöltésére irányuló programok szervezése; az egészséges életmódra nevelés tantárgyakban történő megjelenítése.

A témában a Semmelweis Egyetem Egészségtudományi Kara az Eduvital Nonprofit Egészségnevelési Társasággal közösen immár hetedik szemeszterben szervezi meg *Vas utcai délutánok* címmel előadássorozatát, amelyet a hallgatók egyetemi tárgyként vehetnek fel.

BÁRSONY MÁRIA