

MÁSODKÖZLÉS

Másodközlés: Az iskolakultúra különszáma az iskolai egészségnevelés-egészségfejlesztés aktuális kérdéseiről (2023/1-2)

Secondary publication: Special issue of Iskolakultúra (Journal of School Culture) on current issues in school health education and health promotion (2023/1-2)

Szerző: [Paizs Melinda Adrienn](#)

Doi: [10.58701/mej.12069](https://doi.org/10.58701/mej.12069)

Kulcsszavak: egészségnevelés; egészségfejlesztés; közoktatás
Keywords: health education; health promotion; public education

Az Iskolakultúra 2023. évi összevont első száma az MTA-SZTE Egészségfejlesztés Kutatócsoport kutatóinak munkáit adja közre. A 12 tanulmány mindegyike az iskolai egészségnevelés és egészségfejlesztés hatékony megvalósulását támogató elméleti és gyakorlati útmutatóval szolgál, nem csak a tanulókra, hanem a pedagógusokra és a szülőkre vonatkozóan is. A szerzők elsősorban saját, a kutatócsoport keretében végzett kutatásaikat ismertetik, hazai és nemzetközi beágyazottságban. Mind saját munkájuk, mind a folyóirat tematikájának előre mutató jellegét hangsúlyozzák következtetéseik, a szövegekből egyaránt kiviláglik a témájuk iránti elkötelezettségük, ezzel együtt annak a szükségessége, hogy a 21. század át mediatizált, válságokkal teli világában az új kihívásokra, stabil gyökerekre támaszkodva új eszközökkel reagáljunk, így támogatva a jövő nemzedékeinek egészségét és jóllétét.

Lippai László és Vitrai József *Merre tovább a magyar iskolai egészségfejlesztésben?* című tanulmányának felütése a neveléstudományok és az egészségtudományok együttműködésének esszenciális

mivoltát és megvalósulásának társadalmi igényét veti fel, és a szerzők az irányú kíváncsiságáról ad számot, hogy ez a kölcsönösen pozitív hozadékokkal kecsegtető együttműködés miként valósítható meg hatékonyan a köznevelés mindennapi gyakorlatában. Kimerítően feltárják az egészségfejlesztés célját, szemléletmódját és társadalmi jelentőségét, valamint az egészségfejlesztő iskolákra vonatkozó nemzetközi, globális standardokat. Bemutatják az Iskolák az Egészségért Európában Hálózatot (Schools for Health in Europe Network Foundation, röviden: SHE) melynek célja, hogy az iskolák egészségfejlesztési koordinátorait, igazgatóit, pedagógusait és nem oktató dolgozóit, magukat a diákokat és az iskolák közösségi partnereit az iskolai egészségfejlesztésre bátorítsa. Hangsúlyozzák többek között, hogy nemzeti érdekünk a korszerű egészségfejlesztő szemléletmód meghonosítása Magyarországon. A köznevelésben megjelenő egészségfejlesztés nemcsak a gyermek- és serdülőkorban lévő fiatalok egészségére van kihatással. Az egészségesebb gyermeknek nemcsak az iskolai teljesítménye lesz jobb, hanem a társadalomban több értéket teremtő,

egészségesebb felnőtté is válik majd. A köznevelésben megjelenő egészségfejlesztés tehát jelen- és jövőorientált.

Tarkó Klára, Mátó Veronika, Uitumen Erdenezul, és Szabó-Prievara Dóra Katalin a *HECAT – Az egészségnevelési feladatok (keret)tantervi megjelenésének elemzésére szolgáló eszköz* című tanulmányukban az iskoláskorú gyerekekre irányuló legfrissebb nemzetközi egészségmagatartás-kutatások kedvezőtlen eredményeiről számolnak be, és felhívják a figyelmet arra, hogy milyen fontos lenne már fiatal kortól kezdve a gyermekek egészségmagatartásának fejlesztése. Az egészségnevelés, egészségfejlesztés szintérialapú megközelítése értelmében az iskola az egyik legfontosabb helyszíne az egészséges életmódra történő szocializálásnak. A modern egészségnevelés az egészség holisztikus megközelítésére építve egyaránt foglalkozik az egészség testi, mentális, érzelmi, spirituális, társas és társadalmi dimenzióival. Az egészségnevelés akkor sikeres, ha a szokásváltoztatást tűzi ki céljául, vagyis segíti az életmódot örömmel végzett szokások rendszerévé alakítani, és ezáltal minőségi életet élni élethosszig tartóan. Az egészségnevelés, egészségfejlesztés közoktatásra vonatkozó célkitűzéseit Magyarországon a Nemzeti Aparenter határozza meg, részletezése a kerettantervek, helyi tantervek és pedagógiai programok szintjén történik. A szerzők bemutatják az Amerikai Járványügyi Hivatal (CDC), a Szexuális Egészség és Betegségek Megelőzése Központ (NCHHSTP) és annak Serdülőkori és Iskolai Egészség Osztálya (DASH) által kidolgozott, az egészségnevelési (keret)tantervek elemzésére szolgáló eszközt (Health Education Curriculum Analysis Tool, HECAT). A HECAT célja, hogy lehetővé tegye az egészségnevelés, egészségfejlesztés nemzeti, keret- vagy helyi tantervi megjelenésének konzisztens és átfogó elemzését, melynek eredményei nyomán sor kerülhet a tanterv felülvizsgálatára, fejlesztésére és megerősítésére, és ezáltal az iskola egészségnevelési feladatokat ellátó pedagógusai képessé

válnak hatékonyabban befolyásolni az iskoláskorú gyerekek és fiatalok egészségmagatartását és egészségmutatóit.

Kollányi Zsófia és Várfi Melinda *Részvételi módszerek az iskolai egészségfejlesztésben – Az érintettek bevonására épülő beavatkozások* című írásukban a részvételi módszerek egészségfejlesztési programok kidolgozásában való alkalmazásáról beszélnek, arról, hogy miért tud igazán hatékony lenni a használata. A módszer lényege, hogy egy program célcsoportját és más érintettjeit magukat is bevonják a program kidolgozásába, akár már a problémafelmérés fázisától. Az így kidolgozott programok realisabb, pontosabb, a célcsoport valóságérzékelésének jobban megfelelő problémadefiníciókat, az ezekhez és a rendelkezésre álló erőforrásokhoz és korlátokhoz jobban illeszkedő beavatkozási irányokat alkalmaznak, és jelentősen növekedhet az érintettek elkötelezettsége a program, illetve a probléma leküzdése iránt. Az érintettek bevonása nagyon különböző módokon, mélységben és formában történhet meg. Lehet a bevonás névleges, de lehet „transzformatív” vagy átformáló is, amelyben az érintettek a hatalom birtokosává is válnak az őket érintő kérdések viszonylatában. Megtörténhet a bevonás a helyzetértékelés, a problémadefiníció, a program kidolgozása, az implementáció és a hatások monitorozásának fázisában, vagy akár mindegyikben is; a formája a passzív kérdőíves véleményfelméréstől a mély interakciókra és közösségi folyamatok beindítására is alkalmas részvételi megbeszélésekig terjedhet. A részvételi módszer és annak változásainak bemutatásán túl foglalkoznak azzal, hogy az intézményi keretek (ideértve a szakpolitikai döntéshozatal szintjét) között is működhet, hangsúlyozva, hogy feltétel a részvételi folyamatot kezdeményezők őszinte elkötelezettsége és nyitottsága.

Ahogy mondani szokták „ismernünk kell a múltunkat, hogy a jövőt építhessük”. Fizek Natasa *Az egészségtan tantárgy megjelenése és szerepe az elemi, a polgári és az*

Általános iskolában (1917–1950) című tanulmánya egy történeti áttekintés, amely az egészségtan tantárgy első magyar tantervekben való megjelenését mutatja be az 1917-ben megjelent első ilyen tartalmú tantervkiegészítéstől egészen az 1946-ban életre hívott általános iskola első tanterveire vonatkozóan. Vizsgálja a folyamatok hátterét, például, hogy az 1917-es tanterv kiegészítés hátterében a korabeli pandémiákra való reagálás is állhat, valamint, hogy a második világháború után hogyan politizálódtak át a tantervek is. A szerző kutatási módszere a forráselemzés, amely során a 6–12 évesek iskoláira vonatkozó 1868 és 1950 közötti tantervek vizsgálata mellett a korabeli szakfolyóiratokban – Orvosi Hetilap, Néptanítók Lapja, Köznevelés – a témában megjelent cikkeket is elemezte.

Sárvári Tünde és Nádudvari Gabriella *Egészségfejlesztés az iskolában. Jó gyakorlatok Németországból* című tanulmányukban arra keresték a választ, hogy a projektmódszer alkalmazásában élen járó Németország iskoláiban milyen országos és tartományi szintű egészségfejlesztő programok valósultak meg, és hogy ezek közül mely programok adaptálhatók itthon, Magyarországon. Vizsgálódásaik alapján a szerzők megállapították, hogy a kiegyensúlyozott táplálkozás és a kellő mennyiségű testmozgás fontosságának hangsúlyozása mellett elsősorban a reziliencia erősítésére, az eredményes stresszkezelésre, a szenvedélybetegségek hatékony megelőzésére és az erőszakmentesség elvének terjesztésére fókuszálnak az áttekintett németországi programok. A projekteredményekről érkező közlemények arról tanúskodnak, hogy az egyes egészségfejlesztő kezdeményezések eredményessége a résztvevők téma iránti érzékenységének, együttműködési készségének és hálózatépítési törekvéseinek függvénye. A szerzők meglátása szerint a magyarországi iskolai egészségfejlesztő programok eredményessége és fenntarthatósága biztosításának érdekében érdemes felhasználnunk

a németországi egészségfejlesztő projektek tapasztalatait is.

Szabó-Prievára Dóra Katalin és Tarkó Klára *A problémás mértékű internethasználat gyermekek körében – az Internet Addiction Test for Families (IAT-F) magyar nyelvű alkalmazása* című tanulmánya rámutat, hogy a minél korábbi életkorban megkezdett internethasználat egyre inkább általános jelenséggé válik, a gyermekek egyre fiatalabban válnak a digitális világ használóivá. Az életkoruk előrehaladtával pedig a használat mennyisége csak fokozódik, serdülőkorban már akár problémás mértékű használat is kialakulhat. Olyan szintű a bevonódás az egyes online tevékenységekbe, ami aztán a gyermek élete egyéb területeinek és feladatainak (például házi feladat, alvás, barátok) elhanyagolásához vezethet. A szerzők kutatásuk során az Internet Addiction Test for Families (IAT-F) kérdőívet fordították le magyar nyelvre, ennek a tesztnek alkalmazták a 3–11 (Ellenőrzőlista a Problémás és Kockázatos Gyermekek Médiahasználatáról) és 12–18 éves gyermekek (Szülő-Gyermek Internet-függőségi Teszt) szülei számára összeállított különálló kérdéssorait. Az eredmények alapján elmondható, hogy a 3–11 éves korcsoport több mint 30 százalékára rizikós vagy problémás használat jellemző, míg 12–18 éves korban is 20 százalékban mérsékelt és 10 százalékban súlyos kategóriába sorolhatóak a fiatalok. További eredményük, hogy a szülők képernyőhasználati szokásai (mind mennyiségi, mind tartalmi szempontból) összefüggtek a gyermek szokásaival. Mindezek felhívják a figyelmet a szülők felelősségére a gyermekek digitális világban kialakított szokásaira vonatkozóan.

Szabó-Prievára Dóra Katalin és Nádudvari Gabriella Erika írását, bizonyos tekintetben az előző tanulmány folytatásának is tekinthetnénk. *A családi minta fontossága – szülő és gyermek médiahasználat a COVID-19 idején* már a címében rávilágít a gyermekek mintakövetésének tényére a médiafogyasztás vonatkozásában.

Manapság a gyermekek is már médiahasználónak minősülnek, ezt a folyamatot pedig csak tovább gyorsította a COVID-19 világjárvány megjelenése, például az online oktatásra való átállással. Kutatásuk célja a szülői attitűd megvizsgálása volt a gyermekük médiahasználati szokásaira, illetve annak szabályozási elveire vonatkozóan. Eredményeik alapján megállapítható, hogy a gyermekek életkorának előrehaladtával változik a preferált eszköz. Az óvodások esetén a televízió nézés a fő tevékenység, míg később az okostelefon és a saját számítógép, laptop veszi át a helyét. A médiahasználat intenzitása az életkorral emelkedik, a COVID-19 világjárvány alatt pedig tovább fokozódott a gyermekek médiahasználat; ezzel egy időben csökken a szülői kontroll és a médiahasználat szabályozása. Holott a szülőktől látott minta (különösen általános iskolás korban) jelentős hatással van a gyermek saját szokásainak kialakítására. A szabályozásnak nemcsak a digitális tartalom mennyiségére, hanem annak minőségére és a fogyasztás körülményeire is ki kellene térnie.

Mihálka Mária *A kiégés kialakulása és megelőzése* című tanulmányának felütése, hogy a pedagógusok lelki egészsége nem tekinthető magánügynek: viselkedésükkel mintát nyújtanak azoknak a tanítványoknak, akiket nevelnek, oktatnak. A segítő hivatás során az egyén legfőbb munkaeszköze a saját személyisége, amelynek a védelme, ha úgy tetszik, „karbantartása” fokozott figyelmet, tudatosságot és felelősségvállalást igényel az egyén életében. A különböző szakmai helyzetek kihívások elé állítják a segítőket, ugyanis felelősségvállalásuk kiterjed a munkájuk során rájuk bízott személyekre is. A kettős felelősségvállaláson túl hivatásuk gyakorlása során fokozott lelki és olykor fizikai megterhelésnek vannak kitéve, amely lenyomatot képez, akár nyomot is hagy saját testi, lelki, szellemi egészségükön, éppen ezért felbecsülhetetlen értéke van a tudatos szakmai jelenlétnek, felelősségvállalásnak. A pedagógus szakma stresszes foglalkozás.

Az egyén a személyiség védelme, „karbantartása” nélkül kockáztatja az egészségét, és bekövetkezhet, hogy nem tudja betölteni választott szerepét, önmaga is segítségre szorul. Ennek a lenyomatnak, „nyomnak” az egyik megnyilvánulási formája lehet a kiégés jelensége. A kiégés megelőzésének folyamatában egyéni és szervezeti szinten is szükséges prevenciós lehetőségek megfogalmazása.

Mátó Veronika a *Közösség- és kapcsolatépítés a pedagógia szempontjából* című írásában a közösségek jelenségvilágának bemutatásán keresztül feltárja, hogy miért lényeges, hogy a közösségek működésével és jellemzőivel tisztában legyenek a velük foglalkozó szakemberek, miért fontos felismerniük, hol tart egy adott közösség a fejlődés folyamatában, ahogy azt is, hogy a további fejlődéshez miként járulhatnak hozzá, illetve milyen szemlélettel és eszközökkel kell rendelkezniük ezek eléréséhez. Ha egy közösség jól működik, akkor kialakul a közösségi tudat. Életünk során számos közösségnek tagjává válunk. A közösségek tagjaként kapcsolatok jönnek létre egyének között, amelyeket olykor az egyének közötti konfliktus jellemezhet. Amíg az adott közösség nem érte el célját, addig létezik, addig lehetőség van fejleszteni. A közösségfejlesztő tevékenység alapja, hogy megismerjük a közösségben, annak egyes tagjaiban rejlő lehetőségeket, és erősítjük az együttműködésre épülő cselekvést. Ezáltal az élményszerzést támogatjuk, ami a közösségi érzés létrejöttét segíti. A közösségek megismerésének számos módszere van, ezek egyike lehet a drámapedagógia. A játék mint módszer a közösségek fejlődéséhez járulhat hozzá.

Pósa Gabriella *A rendszeres fizikai aktivitás jelentősége az iskolai szintéren* című tanulmányában rövid áttekintést nyújt a rendszeres mozgás jelentőségéről, akár prevenciós, akár kuratív beavatkozásnak szánjuk az iskolai szintéren. Ezekon a falakon belül a felnőtt

és a diák populáció is megjelenik, akár több generációt felvonultatva, így nagyon változatos képet adva arra vonatkozóan, hogy az őket ért fizikai, lelki, szociális, környezeti és társadalmi hatások hogyan jelennek meg. A középpontban a krónikus, nem fertőző megbetegedések közül a mozgásszervi elváltozások elsődleges megelőzése és kezelése kerül tárgyalásra. A csont- és izomrendszeri elváltozások az egyik leggyakrabban előforduló problémák közé tartoznak a dolgozói populációban és a diákság körében is. Ezek hatást gyakorolnak a mindennapjainkra, az életminőségünkre. Általában egynél több testrész vagy szerv, szervrendszer érintett, és párhuzamosan több tényező játszik szerepet a kialakulásukban, ezért a megközelítésnek holisztikusnak és a lehető legkörültekintőbbnek kell lennie. A diákok és a tanárok tekintetében is elmondható, hogy a mozgás nem csak a mozgatószervrendszerre és az egyéb testi folyamatokra van jó hatással, de a pszichés állapotra is - összegzi az eredményeket végül a szerző.

Nóvik Attila a *Szemponatok az iskolai egészségnevelés történetének értelmezéséhez* című tanulmányában amellet érvel, hogy az iskolai egészségnevelés megjelenése elválaszthatatlan a modern társadalmak kialakulásától, illetve annak néhány alapjelenségétől. A modern társadalmak egyik legfőbb célja a normalitás definiálása és a normális testi és pszichés működés általánossá tétele, az abnormalitás visszaszorítása, társadalmi elkülönítése. A testről és a pszichéről zajló társadalmi diskurzus, amelyet leginkább a higiéniai diskurzus kifejezéssel ír le a szakirodalom, egyre inkább az orvostudo-

mányok nyelvén zajlott. Általában véve is elmondható, hogy a társadalmi kérdések orvosi problémaként történő kezelése – a medikalizáció – a modern társadalmak egyik alapjelensége. A szerző bemutatja azt a folyamatot, amelynek során a modern tömegoktatási rendszerek és a pedagógia a társadalmi problémák megoldásának kiemelkedő terepévé vált. A nyugati szakirodalomban pedagógizációnak nevezett jelenség adja annak magyarázatát, hogy a higiéniai diskurzus miért jelent meg iskolai keretek között.

Végezetül Kocsis-Fuszko Zitától a *Várandósok egészség-magatartása hazai és nemzetközi viszonylatban – Edukációs lehetőségek az egészségnevelés területén* című összefoglaló tanulmányt olvashatjuk, amely a várandósság alatti egészségmagatartás jellemzőit hivatott feltárni. A szerző kiemeli, hogy gyakori, hogy várandósság alatt a kismamák nagyobb motivációval rendelkeznek az életmódváltás terén, fontosabbnak tartják az egészséges táplálkozást, a megfelelő testmozgást. Ezért érdemes ebben az időszakban nagyobb figyelmet fordítani az életmódváltással kapcsolatos edukációra, különböző prevenciós programok szervezésére, hiszen a csoportba tartozó hölgyek nagyobb nyitottsággal fordulnak az egészséggel kapcsolatos információk felé. A szerző célja felhívni a figyelmet az esetleges hiányosságokra és különbségekre ezeken a területeken, így lehetőség adódhat fejlesztésekre a várandósok körben az egészséges életmódra nevelés révén.

A lapszám a Nemzeti Tehetség Program (NTP) támogatásával készült.

HIVATKOZÁSOK

https://tiszatajonline.hu/szegedi_egyetem/az-iskolai-egeszsegnevel-es-egeszsegfejleszt-es-aktualis-kerdeseirol/

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

A cikk elkészítését a Magyar Tudományos Akadémia Közoktatás-fejlesztési Kutatási Programja támogatta.

INFORMÁCIÓK A SZERZŐKRŐL

Paizs Melinda Adrienn

Szegedi Tudományegyetem, Juhász Gyula Pedagógusképző Kar, Alkalmazott Egészségtudományi és Környezeti Nevelés Intézet, Egészségszociológia és Életmód Tanszék, Szeged; MTA-SZTE Egészségfejlesztés Kutatócsoport, Szeged

paizs.melinda.adrienn@szte.hu

CIKKINFORMÁCIÓK

Beküldve: 2023. 07. 07.

Elfogadva: 2023. 07. 07.

Megjelentetve: 2023. 09. 10.

Copyright © 2023 Paizs Melinda Adrienn. Kiadó: Magyar Népegészségügy Megújításáért Egyesület. Ez egy nyílt hozzáférésű cikk a CC-BY-SA-4.0 licenstszerződés alapján.