



MOKSLO METAI BAIGIASI. KOKIĄ MOKYKLĄ RINKSITĖS RYTOJ?

Visai greitai mokiniai paliks mokyklinius suolus, mokytojai užvers mokyklos duris – prasidės vasaros atostogos. Trumpam atsisveikindami su savo „antraisiais namais“, apžvelkime, kokioje mokykloje teko praleisti metus. Trumpam pagalvokime: ar patiko eiti į mokyklą, ar ten jaučiausi reikalingas, ar galėjau išreikšti save, ar mokykloje mane gerbė, ko per šiuos metus išmokau, ar sunku skirtis su draugais, mokytojais, kolegomis nors ir trumpam atostogų laikotarpiui? Gavę atsakymus į šiuos klausimus, gausite ir atsakymą, ar patenkinti savo mokykla, o gal norėtumėt kažką keisti ir matyti ją kitokią.

Kad mokinyš ir mokytojas jaustųsi puikiai ir būtų laimingas savo mokykloje, turėtų būti patenkinti fiziniai, protiniai ir dvasiniai poreikiai. Ar tai įmanoma? Taip, jeigu mokykloje daugiau dėmesio skirsime ne tik žinioms, bet ir sveikatai, jei sugebėsime pastebėti vienas kitą ir būsime jautresni kito nesėkmėms, jei pakankamai rūpinsimės sveikesne mokyklos aplinka ir daugiau dėmesio skirsime psichosocialinei aplinkai, jei daugiau domėsime sveika gyvensena ir užsiimsime sveikatos ugdymu. Juk žinome, kad tik sveikas žmogus yra laimingas. To daugelis iš mūsų ir siekiame.

Vienas iš pagrindinių tikslų mokykloje turėtų būti ne tik žinių siekimas, bet ir sveikos gyvensenos mokymasis bei sveikatos ugdymas. To galima pasiekti mokyklai įsitraukiant į sveikatos stiprinimo veiklą ir veikiant kaip sveikatą stiprinančiai mokyklai, kurioje kiekvienas bendruomenės narys siekia kurti palankią sveikatai stiprinti aplinką ir stiprina kiekvieno mokyklos nario fizinę, protinę bei dvasinę sveikatą. Sveikatą stiprinančioje mokykloje ugdymas yra integruotas į visą ugdymo sistemą. Šiose mokyklose apie sveikatos stiprinimą kalbama pamokų metu, būreliuose, įvairiuose mokyklos renginiuose, vykdomuose projektuose. Daugelyje sveikatą stiprinančių mokyklų mokiniai patys siūlo įgyvendinti sveikatinimo idėjas, rengia mokinių konferencijas, organizuoja įvairius užsiėmimus

sveikatos stiprinimo temomis, aktyviai dalyvauja kuriant sveikesnę mokyklos aplinką. Sveikatą stiprinančioje mokykloje kuriami glaudūs bendravimo ir bendradarbiavimo ryšiai tarp mokytojų ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistų, vaikų ir mokytojų, mokytojų ir tėvų. Taip užtikrinama palanki psichosocialinė aplinka.

Šiandien klausiamo, kokią mokyklą norėtume pasirinkti? Kad atsakytume į šį klausimą, turime galimybę palyginti, kaip veikia sveikatinimo veiklos tradicinėje mokykloje ir kokios jos yra sveikatą stiprinančioje mokykloje. Tokie palyginimai kai kuriose šalyse buvo atlikti dar 2006 m. (Gray G., Young I., Barnekow V. Developing a health – promoting school. European Network of Health Promoting Schools), jie aktualūs ir mūsų mokykloms. Šie palyginimai atskleidė sveikatą stiprinančios mokyklos veikimo principus bei vertybes. Nors praėjo dešimt metų nuo atlikto tyrimo, tačiau daugelyje mokyklų galima pastebėti vyraujančius skirtumus tarp tradicinės mokyklos ir sveikatą stiprinančios mokyklos. Siūlome keletą palyginimų, kaip vykdomos sveikatinimo veiklos tradicinėje mokykloje ir sveikatą stiprinančioje mokykloje. Tradicinėje mokykloje dėmesys sutelkiamas į individą, t. y. jo sveikatos problemas, jo įpročius ir gyvenimą. Sveikatą stiprinančioje mokykloje apie mokyklą galvojama kaip organizaciją ir visus jos bendruomenės narius (mokinius, visą mokyklos personalą, tėvus, globėjus), taip pat joje plėtojama sveikatos politika. Tradicinėje mokykloje daug dėmesio skiriama fizinei sveikatai ir veikla siejama su sportu. Sveikatą stiprinančioje mokykloje dėmesys sutelkiamas į protinę, emocinę, socialinę ir fizinę sveikatą. Tradicinėje mokykloje sveikata suprantama kaip ligų ir kitų sveikatos sutrikimų nebuvimas, dėmesys skiriamas ligoms, jų diagnostikai ir gydymui. Sveikatą stiprinančioje mokykloje sveikata susiejama su gerovės samprata, dėmesys skiriamas gyvenimo kokybei, sveikatos problemų prevencijai, protinės, socialinės ir fizinės sveikatos stiprinimui. Tradicinėje mokykloje sveikatos ugdymas vykdomas pagal bendrąsias programas. Sveikatą stiprinančioje mokykloje vykdomos ilgalaikės sveikatos stiprinimo programos, pradedamos ankstyvame amžiuje (nuo ikimokyklinių įstaigų) ir apima visus vaikus, atitinka jų amžiaus ypatumus, poreikius ir interesus.

Apžvelgę keletą palyginimų matome, kad sveikatą stiprinančioje mokykloje vyrauja holistinė sveikatos samprata ir vykdoma kompleksinė sveikatos stiprinimo ir sveikatos ugdymo veikla.

Sveikatą stiprinančia mokykla gali tapti kiekviena mokykla, turinti aiškią sveikatos stiprinimo viziją ir bendruomenės narių pritarimą. Galime savęs paklausti, kodėl norėčiau, kad mano mokykla būtų sveikatą stiprinančia mokykla? Todėl, kad sveikatą stiprinanti mokykla turi šiuos prioritetus:

1. Sveikatą stiprinanti mokykla išsiskiria iš kitų mokyklų aiškia sveikatos stiprinimo vizija ir misija.
2. Sveikatą stiprinanti mokykla bendrauja ir bendradarbiauja su partneriais sveikatos srityje, ugdo lyderius.
3. Sveikatą stiprinančios mokyklos bendruomenė dažniausiai veikia komandiniu principu.
4. Sveikatą stiprinanti mokykla kelia pasitikėjimą savimi ir savo nariais.
5. Sveikatą stiprinanti mokykla nuolat siekia tobulėti visose srityse.
6. Sveikatą stiprinančioje mokykloje yra svarbus kiekvienas jos narys.
7. Sveikatą stiprinančioje mokykloje vyrauja teisingumas ir sąžiningumas.
8. Sveikatą stiprinančioje mokykloje visi mokosi vieni iš kitų.
9. Sveikatą stiprinanti mokykla moka įsivertinti savo pasiekimus ir dalijasi gerąja patirtimi su kitais.
10. Sveikatą stiprinančios mokyklos Lietuvoje veikia jau 24 metus. Kasmet į šią veiklą įsitraukia vis daugiau mokyklų.

Taigi kokią mokyklą pasirinksite rytoj? Manome, kad atsakymą jau turite.

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro Vaikų sveikatos skyriaus visuomenės sveikatos specialistė Nijolė Paulauskienė