

# A kortársoktatás szerepe az egészségnevelésben

Dr. Párduczné Szöllősi Andrea adjunktus

Szent István Egyetem, Gazdasági, Agrár- és Egészségtudományi Kar, Gyula

A Magyar Család- és Nővédelmi Tudományos Társaság vezetőségi tagja

## Bevezetés

A társadalom modernizálása mélyreható változásokat indított el hazánkban. A változások hatással vannak a népesség egészségi állapotára is, és a napjainkra kritikussá váló egészségi helyzeten csak akkor tudunk változtatni, ha a betegségek gyógyítása mellett megelőzésük is előtérbe kerül. A magyar lakosság egészségi állapota nemzetközi összehasonlításban is rendkívül kedvezőtlen, és jelentősen elmarad attól, amit társadalmi-gazdasági fejlettségünk általános szintje lehetővé tenné. A lakosság egészségének fejlesztése össztársadalmi összefogást, multidiszciplináris és multiszektoriális együttműködést igényel, egyéni felelősségvállalással.

A felnövekvő nemzedék egészségmagatartásának formálása, a jövő egészséges felnőtt társadalmának nevelése kiemelt fontosságú feladat. Az egészséges fiatal generáció felnevelése az egyén, a család és az egész nemzet közös érdeke.

Az egészségfejlesztés leglényegesebb módszere az egészségnevelés. A hiányos egészségkultúra, az egészségtelen életmód, a környezeti tényezők, a hiányzó prevenciók tevékenységek közvetlenül befolyásolják az egyén egészségi állapotát.

Bármely történeti kor oktatást-nevelést érintő szakirodalmába bepillantva jól látható, hogy az egészség, mint érték a jövő generáció szempontjából kiemelt helyet foglal el.

A prevenció a modern egészségügy kulcsszava. Napjainkra egyértelművé vált, hogy hatásos és eredményes csak a preventív személet lehet. Az egészségnevelés

szerepe, jelentősége egyre inkább felértékelődik a prevenció munkában, így az egészségnevelő tevékenységi köre is kibővül. Az egészségnevelés – az egészségkultúráltság kialakítása és az egészség megőrzése – így a születéstől a halálig tartó komplex feladatot jelent.

## Az iskolai egészségnevelés célja, szerepe

A szocializáció intézményes színtere az iskola, amely a szükséges jártasságok és készségek kialakításában meghatározó szerepet játszhat. Az intézményes (iskolai) nevelés egyik fontos részterülete az egészségnevelés, a mindennapok nevelőmunkájának szerves része, amelynek célja a tanulók személyiségfejlesztése. A diákokat minél korábban meg kell ismertetni az egészséges életmód alapjaival, hiszen csak folyamatos ismeretbővítéssel érhetik el a felnőttkori egészségtudatos gondolkodást.

Az egészséges életmódra történő nevelés elsődleges és legfontosabb színtere a család. Az egészséges életvitel készségeinek, magatartásmintáinak kialakításában, formálásában, a szocializáció folyamatában a családi környezet mellett fontos szerepet töltenek be az oktatást, nevelést végző intézmények.

Az iskolai egészségfejlesztés az iskola egész életébe, mindennapjaiba beépülő tevékenység. Az egészséges életmód és magatartásformák (egészséges táplálkozás, a dohányzás mérséklése, dropprogram megvalósítása, a stressz tudatos feldolgozása...) kialakítását az oktatás valamennyi szintjén érvényesíteni kell.

Az egészségnevelés tartalma az egészségre, szemléle-

te viszont a nevelésre és a személyiség alakítására vonatkozik. Az egészség képviselőjére az egészségügy képviselői (iskolaorvosok, védőnők, ápolók...) vállalkoztak, míg a nevelés, tanítás felelőssége a pedagógusokra hárul. Fontos, hogy a két szektor egymás munkáját kiegészítve, szoros együttműködésben végezze, a jövő generáció egészségesebb életvitele érdekében.

Az iskolai egészségfejlesztés jogszabályi környezete (28/2000. (IX.21.) OM rendelet) a korábbiaknál tágabb keretet biztosít az egészségfejlesztés iskolai programjaihoz. Fontos, hogy az iskolák egészségnevelési programot készítsenek, és következetesen végrehajtsák az abban megfogalmazott feladatokat.

Az iskolai egészségnevelés célja, hogy ismeretátadással, példával, közös ténykedéssel megtanítsák a fiatalokat, hogyan kell az egészség értékét megszerezniük, megőrizniük és fejleszteniük. Tehát a programok – kellő ismeretek átadásával – hozzásegíthetik a tanulókat az egészséges életvitel kialakításához és a helyes értékrend felépítéséhez.

Az egészségmegőrzés tehát olyan komplex feladat, amelyben a szülőknél túl feladata és felelőssége van az iskolai környezetnek, a pedagógusoknak és az egészségügyi szolgálat szereplőinek is.

## A kortársoktatás fogalma, története

A kortársoktatás kifejezés annak megnevezésére született meg másfél évtizeddel ezelőtt, hogy hasonló korúak tanítanak hasonló korúakat. Az ilyen munkaformának az ad létjogosultságot, hogy a tapasztalatok szerint az emberek – különösen a fiatalok – jobban hisznek annak, amit saját korosztályuk valamelyik tagjától hallanak. Bizonyos esetekben tehát hatékonyabb lehet az oktatás, ha nem a hagyományos modell szerint folyik. Az ismeretek átadásán túl a hangsúly a megfelelő hozzáállás kialakításán és az egészséges viselkedésmód elfogadtatásán van.

Ez az oktatási forma Amerikából származik. Los Angelesben 1988 óta működik a *Peer Educator Program* (Kortársoktató Program). A program először az AIDS megelőzését tűzte ki céljául, később pedig a drogfogyasztás és a dohányzás megelőzésére is képeztek kortársoktatókat, akik hasonló korúak körében végzik felvilágosító, megelőző munkájukat. Sikere révén a program több országba, így Magyarországra is eljutott.

1996-ban *Oppé László* kezdeményezésére Pécsen indítottak *Kortársoktató Programot*. Céljuk a 10–18 éves fiatalok egészséges életmódra való nevelése az általános iskola felső tagozatán, a középiskolákban, és egyéb rendezvényeken az AIDS, a drog- és alkoholfogyasztás, a stresszkezelés, a dohányzás megelőzése és a családi életre nevelés témákban. 15 év alatt 136 képzésen több, mint 2000 diákot képeztek ki kortársoktatóknak.

A képzésekre évek óta túljelentkezés van. A kortársoktatói munka színvonalának ellenőrzése is beépült az oktatásba. Hatékonyságvizsgálati kérdőívek segítségével mérik a tanulók véleményét munkájukról. A kortársoktató találkozók munkájukat ez alapján elemzik és értékelik. A hagyományos előadások helyett a diákokat bevonják a gyakorlatokba és szerepjátékokba, majd csoportosan megbeszélik a felmerülő kérdéseket. Céljuk, hogy az ismeretek átadásán túl személyes hitelességgel és elkötelezettséggel mutassák be a megfelelő viselkedésmintákat és magatartásmintákat.

Napjainkra már országszerte elterjedt és kedvelt ez az oktatási forma (*Budapesti Orvostanhallgató Kortársoktatók Egyesülete, MCSNTT Libresse Program...*).

## Az MCSNTT Békés Megyei Ifjúsági Szekciójának fő tevékenységei

A *Magyar Család- és Nővédelmi Tudományos Társaság (MCSNTT)* egy multidiszciplináris társaság, amelynek fő célja, hogy elősegítse a harmonikus családi élet kialakulását, kiemelten a nők, a gyermekek, a fiatalok védelmét, a reprodukív egészség feltételeinek biztosítását, különböző szakemberek tudományos tevékenységének összehangolásával.

Az évek során a tudományos érdeklődés mellett fokozatosan előtérbe került a családvédelemmel kapcsolatos konkrét tevékenység, kiemelten a szexuális és reprodukív egészség, illetve a családtervezés gyakorlati támogatása.

Az *MCSNTT Ifjúsági Szekciója* 2006 novemberében jött létre. A Társaság elvei szerint programjainak megvalósításába be kívánja kapcsolni a felsőoktatásban tanuló hallgatók és pályakezdő fiatalok széles rétegeit. Az egészségügyi prevenció iránt érdeklődő hallgatóknak jó lehetőségük nyílik arra, hogy aktivitásukat egy kiterjedt nemzetközi kapcsolatokkal rendelkező tudományos társaságban fejtsék ki, és tapasztalataikat a későbbiek során is kamatoztathassák.

Az *MCSNTT Ifjúsági Szekciója* teret ad nem csak az orvostanhallgatók, hanem minden más szakterületen tanuló hallgató és pályakezdő számára, hogy bekapcsolódjanak az egészségügyi prevenció munkába, amelynek részét képezi a kortársoktatás. A kortársoktatás lényege, hogy egy felkészített, kiképzett előadó információkat ad át a hozzá közel álló hallgatóknak. A kortársoktatás egy csatorna, amelyen keresztül – ha megfelelően működik – hatékonyan lehet alakítani a hallgatók szemléletét. Az előadás sikere alapvetően két tényezőtől függ: a pontos szakmai (orvos- és egészségügyi) ismeretektől és a megfelelő előadói készségtől. Egyik sem hatékony a másik nélkül. A diákok hozzáállása oldottabb egy hozzájuk közel álló személyhez. Ez a körülmény személyesebb kontaktust

eredményez a tanulókkal, ami megkönnyíti a kérdésfelvetést, bátrabb érdeklődést eredményez a téma iránt. A kortársoktató korszerű szakmai ismeretekkel rendelkezik, és a fiatalok hétköznapijai is ismertek számára. Ez az oktatási forma lehetővé teszi az órán a kötetlen, felszabadult beszélgetést, így az előadás nem csupán egyoldalú ismeretközlés, hanem interaktív oktatás.

2009 tavaszán alakult meg az *MCSNTT Békés Megyei Szervezetének Ifjúsági Szekciója*. A szervezet fő célkitűzése az volt, hogy az *MCSNTT* munkájába bevonjuk az egészségügyben tevékenykedő 35 évnél fiatalabbakat.

Az elmúlt évek során számos prevenció előadást tartottunk a megye általános iskoláinak felső tagozatában, középiskolákban, valamint egyéb rendezvényeken. A programokban aktívan részt vettek a *Szent István Egyetem Gyulán működő Egészségtudományi Campusának* oktatói mellett az *Ápolás és betegellátás*, valamint *Szociális munka* szakos hallgatói is.

Az előadások fő célja a tanulók ismereteinek bővítése, kiegészítése, magatartás- és személyiségformálása. Előadásaink során az alábbi fő témaköröket érintettük: egészséges táplálkozás, dohányzás- és dropprevenció, helyes családi életre nevelés, fiatalkori fogamzásgátlás, szexuális úton terjedő fertőzések.

Tapasztalataink szerint a fiatalok ismerete széleskörű, de minősége elmarad az elvárttól. Sok mindenről sokat tudnak, de ismereteik felszínesek vagy pontatlanok. Gyakran tapasztaljuk munkánk során, hogy az ismeretek és a magatartásmódok nincsenek egymással összhangban.

Az egészségnevelés hatékonyságának kulcskérdése az egészségnevelő személye. A kortársoktatás során az előadó szakmailag megalapozott és a gyakorlatban is alkalmazható és hasznosítható információkkal látja el a tanulókat, mindezekhez kötetlen, oldott körülményeket teremtve.

Az egészségnevelésnek ez a módszere megyénkben is igen népszerű, több középiskolával együttműködési megállapodás keretében dolgozunk együtt. A jövőben tervezzük munkánk hatékonyságának mérését, önkéntesen, név nélkül kitöltött kérdőívek segítségével. Az eddigiek során ez csak alkalomszerűen valósult meg. A visszajelzések alapján mind a tanulók, mind a pedagógusok körében nagy népszerűségnek örvendenek az ilyen jellegű előadások.

Úgy gondolom, ez az oktatási forma hatékony kiegészítője lehet az iskolai egészségfejlesztésnek, különösen a reprodukció egészségét érintő témakörökben. Így a felnövekvő nemzedék nagyobb ösztönzést kap az egészséges életmódra, ismereteit bővítve odafigyel életvitelére és egészség tudatos gondolkodással biztosítja egészségének megőrzését.

## Összefoglalás

A magyar lakosság egészségi állapota nemzetközi összehasonlításban is igen kedvezőtlen. Az okok háttérben meghatározóan jelen van az egészségtelen életmód, a hiányos egészségkultúra, a környezetszennyezés, valamint az ország gazdasági fejlettségének és teljesítőképességének hiányosságai. Napjainkra egyértelművé vált, hogy hatásos és eredményes csak a preventív szemlélet lehet.

A felnövekvő nemzedék egészségmagatartásának formálása, a jövő egészséges felnőtt társadalmának nevelése kiemelt fontosságú feladat. Az egészségfejlesztés legfontosabb módszere az egészségnevelés, amelynek szerepe egyre inkább felértékelődik a prevenció munkában.

A szocializáció folyamatában az egészségnevelés elsődleges színtere a család, de a későbbi életévekben az oktatás-nevelést végző intézmények szerepe is meghatározó.

Az iskolai egészségnevelés célja megismertetni a tanulókat az egészséges életmód alapjaival, ezáltal segíteni a felnőttkori egészségtudatos gondolkodás kialakítását. Az egészségnevelésben a szülőkön túl feladata és felelőssége van az iskolai környezetnek, a pedagógusoknak és az egészségügyi szolgálat szereplőinek is.

Hazánkban először Pécsen indítottak *Kortársoktató Programot*. Céljuk, hogy az ismeretek átadásán túl személyes hitelességgel mutassák be a megfelelő viselkedésmódokat és magatartásmintákat.

Napjainkban már országszerte elterjedt és kedvelt ez az oktatási forma. A *Magyar Család- és Nővédelmi Tudományos Társaság* keretein belül a *Békés megyei Tagozat* is folytat kortársoktatást. A kortársoktató a megfelelő szakmai ismeretek birtokában kötetlen, oldott hangulatú előadást tart, amely így nem egyoldalú ismeretközlés, hanem interaktív előadás. Ez a pedagógusok és diákok körében is népszerű módszer hatékony kiegészítője lehet az iskolai egészségnevelésnek.

## Summary

The health of the Hungarian people in international comparison is also rather unfavourable. The causes are particularly present: the unhealthy lifestyle, the incomplete healthculture, the environment pollution and the defects of the productivity and economical development of the country. It has become unambiguous that only the preventive view can be effective.

It is a stressed and significant task to form the health attitude of the young generation and educate the society of the future healthy adults. The most important way of the health development is the health education that part is appreciated during the prevention work more and more.

In the course of the socialization the family is the pri-



mary scene of the health education but in the later year of one's life the role of the educational institutions is determining as well.

The aim of the school health education is to acquaint the students with the bases of the healthy way of life by this means form the health conscious thinking by adulthood. Besides the parents the school surrounding the pedagogues and the participants of the public health have responsibility for the health education as well.

In our country they set off Contemporary Program in Pécs the first time. Their aim is to give information and

represent the appropriate behaviour models and samples with personal authenticity.

Nowadays it's a popular and very much used model all over the country. Within the scope of the Pro Familia Hungarian Scientific Society the Branch of Békés Country has contemporary teaching. The contemporary instructor with required professional knowledge gives an informal lecture which isn't a onesided communication but interactive lecture. This method which is popular in the circle of the teachers and students can be an efficient complementary of the school health education.

### IRODALOM

Benkő Zs.–Erdei K.: *Egészségfejlesztés felsőfokon*. JGYTF, Szeged, 2003.

*Az Egészség Évtizedének Nemzeti Népegészségügyi Programja*, Egészségügyi Közlöny, 2003.

Elekes A.: *Pedagógia – egészségpedagógia*. ETI, Budapest, 1999.

Meleg Cs.: „Iskolai egészségnevelés: A feladat újrafogalmazása.”

In: *Magyar Pedagógia*, 102. évf., 1. szám, 11–29. 2002.

Pikó B.: *Egészségtudatosság serdülőkorban*. Akadémiai Kiadó, 2002.

*A Magyar Család- és Nővédelmi Tudományos Társaság honlapja*.  
[www.mcsntt.hu](http://www.mcsntt.hu)

