

ISKOLAI EGÉSZSÉGTUDAT FEJLESZTÉS SZAKMAI PROGRAM 2010

„Minden szabad nekem, de nem minden használ.” (1 Kor. 6,12)

1. Küldetés

A szakmai program célja:

- a református oktatási intézmények tanulóinak támogatása az Istentől kapott egészség megőrzésében, az egészségtudat fejlesztésében;
- a mentális egészség elérése, továbbá felkészítés a függőségek, különös tekintettel a drogok okozta veszélyekre a keresztyének reményteljes jövőképeinek az evangélium igazsága alapján történő felmutatásával;
- a református intézmények pedagógusainak felkészítése és támogatása a fiatalkori devianciák által megjelenő kihívások kezelésében szakmai tapasztalatunk és Jézus Krisztusba vetett hitünk alapján.

2. Egészségfejlesztés, mint követelmény

2. 1. Egészségfelfogásunk

Az iskoláknak 2000 szeptemberétől iskolai egészségfejlesztési illetve drog-prevenációs stratégiát is kell készíteniük, és azt a pedagógiai program szerves részévé kell tenniük. Az új szemlélet az egészségtudat nevelése területén sok változást eredményezett. A prevenció szó az új megközelítésben már nem megfelelő, hiszen a célcsoportokkal kapcsolatban nem csak a probléma megelőzése a cél. Az új irányzat szerint pozitív életszemlélet közvetítésére, illetve az erőforrások és a lehetőségek, kiaknázására kell törekedni. Cél olyan programok létrehozása, amelyek hozzásegítik a keresztyén fiatalokat egy egészséges életvezetéshez, egy olyan életstílushoz, amelynek természetes velejárója a testi-lelki egészség.

Az új szemlélet alapján a devianciák már nem csak szociális és egészségügyi problémák, így a megoldási próbálkozások sem jöhetnek kizárólag egy szektorból. A megelőzés színterei, tehát kibővültek (család, munkahely, iskola, egyházak, média, a gyermekvédelem intézményrendszere, rendőrségi bűnmegelőzés stb.).

Az egészséges életmód keresztyén felfogásban éppen úgy szerteágazó, mint a devianciák kialakulásának új szemlélete. Az egészséges életmód részét képezi, az a fajta testi-lelki egészség, amelynek példáját a Szentírás mutatja. A testi egészséghez hozzátartozik az egészséges táplálkozás, testtartás, életritmus (pl.: kellő mennyiségű és minőségű alvás), tartózkodás az izgató- és nyugtatószerektől, drogoktól, a kellő mennyiségű szabadlevegőn tartózkodás és rendszeres, minél több izmot megmozgató mozgás, sportolás. A tisztálkodás, a különböző gyógyszerek hatásának ismerete, az élet tisztelete, elsősegélynyújtás, beteggondozói alapismeretek, a másik ember figyelésének / segítségének készsége, orvosi segítség igénybevétele, illetve mentő hívásának ismerete, a levegő és a víz tisztaságának védelme. Ezek természetes

feltétele az a lelki egészség – amelyet Isten ajándékának tekintünk –, és amelynek segítségével a fent nevezettek megvalósulhatnak.

A református neveléshez természetesen hozzátartozik a személyes példaadás, a szakszerű ismeretközlés, a gyakoroltatás (tapasztalat és élményszerzés) és a rendszeres ellenőrzés is. Így a pedagógus lelki egészsége alapvetően hozzájárul a diákság egészségéhez, azaz kölcsönhatás alakul ki. A mindenkori pedagógusok támogatásához szükséges tehát a tanár-diák kommunikációt fejlesztő, bizalmat erősítő, problémát megoldó készségek elmélyítése. Az iskola egészségnevelési feladatát csak a szülői házzal és a társadalommal együtt tudja maradéktalanul végrehajtani. Eredményessége nagymértékben függ a tanuló magával hozott adottságaitól és az őt érő egyéb hatásoktól, valamint a lehetőségektől. Ez a tény azonban nem csökkenti a felelősségünket, csupán arra figyelmeztet, hogy minden egyes fiatal számára biztosítanunk kell a számára bejárható optimális utat. Ehhez nyújt segítséget egy megfelelő erkölcsi alapokon nyugvó, egyházi kereteken belül működő, hiteles szolgálat.

2. 2. Egészséges nevelés keretei az iskolában

Nemzeti Alaptanterv (NAT)

„2001. szeptember 1. óta – a Nemzeti Alaptanterv, illetőleg a kiegészítő kerettantervi szabályozás előírása szerint – valamennyi iskola hatodik és nyolcadik évfolyamán 18 órát fordítanak egészségfejlesztésre (egészségtan tantárgyi modul). Ez az egészségfejlesztés, alkalmazkodva a korszerű, holisztikus népegészségügyi felfogáshoz, nem szakítja ki az egészséget az életmód egészéből, hanem egymással kölcsönhatásban lévőként kezeli, beleértve a mentálhigiénés problémákat is. A tantárgyi modul mellett 5-12. évfolyamok osztályfőnöki óráin tíz alkalmat egészségfejlesztési információk nyújtására kell szánni. Az iskoláknak 2000 szeptemberétől iskolai egészségfejlesztési illetve drog-prevenációs stratégiát is kell készíteniük, és azt a pedagógiai program szerves részévé kell tenniük.”

„Nyújtsanak támogatást a gyerekeknek – különösen a serdülőknek a káros függőségekhez vezető szokások (pl. dohányzás, alkohol- és drogfogyasztás, helytelen táplálkozás) kialakulásának megelőzésében.” (NAT)

A pedagógus iránt támasztott szakmai elvárásokon túl a református diákok és pedagógusok mentális jölléte közös ügyünk és felelősségünk.

3. Alapvetések

3. 1. Biblia

A szolgálat elsődleges alappillére Jézus Krisztusba vetett hitünk. A keresztyén tanítás alapján meggyőződésünk, hogy Isten jónak teremtette az embert, amely a kísértésre adott rossz válasz következtében természetében megromlott és kiszolgáltatottá vált a kihívások felé. A sátán kísértése, emberölése a mai napig tart pusztító, liberális – a szabadság hamis értelmezéséből fakadó – és szinkretista áltudományok formájában ill. kézzel fogható gyermek- és ifjúságellenes intézkedésekben. Nekünk kötelességünk, erre a testi-lelki harcra felkészíteni gyermekeinket, a jövődő

nemzedéket, hogy a kísértés idején felkészülten kerüljenek a harcba, amelyet jól felfegyverkezve Isten dicsőségére megvívjanak és abból győztesen, testi-lelki egészségben kerüljenek ki.

3. 2. Ottawai Egészségfejlesztési Karta

A szakirodalom egységesen ezen dokumentumot tartja a legmeghatározóbbnak az egészségfejlesztés szemléletének szempontjából, hiszen a WHO (World Health Organization) hivatalosan itt hirdette meg először az Egészségfejlesztési Programot 1986-ban (Health Promotion Program). A Karta az elméleti megfontolások mellett társadalmi változást és politikai aktivitást is tartalmaz. A WHO ottawai egészség-meghatározása szerint, az egészségnek pozitív megközelítésű fogalomnak kell lennie. Ennek értelmében az új definíció szerint az egészség olyan állapot, amelyet jellemez a teljesítményre való képesség, a személyes értékek, a családi munka és közösségi szerep, a fizikai, biológiai és társadalmi stresszel való megküzdés képessége, a jóllét érzése, továbbá a betegség és a korai halál rizikóitól való mentesség. Ez a holisztikus megközelítés tehát kiegészíti, és teljessé teszi a biológiai megközelítést, beleértve a társadalmi, mentális és spirituális vonatkozásokat. Mindezek mellett segítség a keresztyén ifjúság személyiségfejlődésében.

Az egészségfejlesztés, mint hivatalosan meghirdetett program is az erőforrások kiaknázását tűzi ki célul. A keresztyén ember fejlődése során felismeri Istentől nyert erőforrásait, amelyek felhasználása, saját életében a jó döntések meghozatalára, mások életében, pedig a megfelelő segítség megadására teszi alkalmassá.

3. 3. Nemzeti Drogstratégia

Nemzeti Stratégia a kábítószer-probléma visszaszorítására

A Nemzeti Stratégia fő célja, hogy a társadalom váljon érzékenyebbé a drogkérdések hatékony kezelése iránt, a helyi közösségek pedig növeljék problémamegoldó készségüket a kábítószer-probléma visszaszorításában. A fiatalok képessé válhassanak egy produktív életstílus kialakításra és a drogok visszautasítására. A stratégia célul tűzi ki, hogy növelje a prevenció programok által elért fiatalok számát. Ehhez az iskolai megelőzési programok támogatására van szükség. A megelőzésre nagy hangsúlyt fektet. A szakemberek (pedagógusok, egészségnevelők, más iskolai szakemberek) képzésében előnyt élveznek az akkreditált típusú programok. Kiemelt szerepet kap a helyi közösségek prevenció munkája, ezek között a szabadidős és sportprogramok különös jelentőségűek. Lefektetik, hogy ki kell alakítani a prevenció tevékenységek szervezeti kereteit (helyi szinten a KEF).

A református iskolákban megjeleníthető horizonttágító programok teljes mértékben illeszkednek a stratégia vonulatába. Azáltal, hogy az iskolában a szakértő feltárja a segítő hálózat elemeit mind a diák, mind pedig a pedagógus számára, a református intézmény is képes lesz egy idő után működtetni a helyi jelzőrendszer elemeit (védőnő, házi orvos, helyi KEF, pszichológus, szociális munkás, mentálhigiénés szakember, lelkész stb.).

3. 4. Egyházi állásfoglalás – Válaszd az életet!

Magyarországi egyházak állásfoglalása a drogproblémáról

Az állásfoglalás lényege, hogy az egyházak és felekezetek közötti, már kialakult együttműködést megerősítsék és az eddig felmutatott kezdeményezések szélesebb körű megismertetésére és a közös gondolkodásra lehetőség nyíljon. A négy történelmi egyház közös állásfoglalásában kifejtette, hogy a kábítószeres elleni harcban továbbra is részt vállal, sőt a teológus-, a lelkész- és rabbiképzésben, a szociális és szeretetszolgálati képzésben hangsúlyt fektetnek majd a szenvedélybetegségek megelőzését és a bajba jutottak gondozását, gyógyítását szolgáló felkészítésre.

3. 5. Református Pedagógia

A református oktatási intézmények specifikációi

Az egyházi oktatási intézményekben épp úgy a jövő nemzedékét nevelik, mint a világi iskolákban. A különbség az oktatói és nevelési tevékenység szellemiségében nyilvánul meg. Az egyházi intézményekben felnövekvő értelmiség számára az egészséges, függőségektől mentes élettel kapcsolatos bibliai tanítás egyetemes érték. A vallás szerepét az egészség megőrzésében és betegségek megelőzésében már évezredek óta ismeri az emberiség. A hívő közösséghez tartozás egészségvédő tényező. A vallás olyan hit- és értékrendszert közvetít, amely értelmet és irányítást, azaz egyfajta keretet ad az életnek. A céltalanság, a sivárság csak ott jelenik meg, ahol ezek az életkeretek hiányoznak. Ezzel összefügg a vallás problémamegoldásban, konfliktusmegoldásban játszott szerepe. Az ima, a Teremtővel kialakított bizalmas kapcsolat segít feldolgozni az élet megpróbáltatásait, hiszen azok így értelmet nyernek. A vallásgyakorlók körében a káros szenvedélyek, így a dohányzás, az alkohol- és drogfogyasztás, alacsonyabb előfordulást mutatnak. Mivel ezek a magatartásformák nagyrészt fiatalok körében alakulnak ki, és válnak később valódi szenvedéllyé, különösen fontos, hogy e védőhatás az ő esetükben is működjön. A hit megakadályozhatja e szerek fogyasztását, hiszen biztosítja a közösséghez tartozást, a lelki élményeket, az útkeresés célját. Jelentős szerepet tölt be a hit a serdülők életében, spirituális útkeresésében és pszicho-szociális fejlődésében. Fontosnak érezzük az Országos Református Tanáregyesület Etikai Kódexét, amit magunkra nézve kötelezőnek tartunk.

4. Célunk

Lehetőséget adni a református keresztyén nevelésben résztvevő fiataloknak arra, hogy Isten erejét közvetlenül is megtapasztalják a hétköznapi kihívásain keresztül. Megértsék, hogy a világban az egyén kiszolgáltatottnak érezheti magát, ha nincsenek kapaszkodói, de nem elveszett, ha a megfelelő és megtartó kapaszkodókat megtalálja és alkalmazza az életében. Felismerjék, hogy milyen tendenciák és szellemi áramlatok között kell állást foglalniuk és életmódot választaniuk. Különbséget

tegyenek kísértés és lehetőség között és ezekre felkészült, jobb válaszokat adjanak, mint amit a világ kínál.

5. Iskolai helyszínek

Az egészségtudat fejlesztése összetett személyiségfejlesztő munka. Így módszerét és színtereit nagyon nehéz meghatározni. Színterei lehetnek elsősorban a család, az iskola, a kortárs közösség, szabadidős közeg.

5. 1. Osztályfőnöki óra

A tanórai program keretén belül lehetőség nyílik az érzelmi nevelésre és olyan interaktív készség- ill. személyiségfejlesztő programokra, amelyek felkészítik a keresztyén intézmények diákjait a helyzetek felismerésére, megválaszolására és önmaguk megismerésére. Természetesen megfelelő időtartamban és rendszerességgel kell ezeket a programokat megvalósítani.

5. 2. Délutáni szabadidős foglalkozások

Sportprogramok, egészségnevelési témával kapcsolatos filmvetítések, vetélkedők, versenyek, egyéb játékos programok.

5. 3. Egészségnap

Az iskola egészét átfogó előre tervezett programok, komoly szervezést, felkészülést igényelnek, több iskola is összefoghat az adott régióan belül, egészségnap vagy egészséghét keretében.

5. 4. Hétfégi iskolai programok

Sportrendezvények, kulturális programok és az anti-drog diszkó, ez utóbbi csak jó szervezéssel és a garantált szermentes voltával biztosítja a deklarált célt.

5. 5. Szülői értekezlet, szülőcsoport

Lehet osztályszintű vagy iskolaszintű, ez utóbbi esetében színesíti a programot a külső előadó (pl. orvos, pszichológus, rendőr, felépült szenvedély-beteg). Igény esetén vagy megfelelő létszámú érintett szülő esetén szakemberek bevonásával *szülősulit* lehet szervezni.

6. Módszereink

Az iskolában alkalmazott pedagógiai módszerek tárháza ma már kimeríthetetlen gazdagságot biztosít a képzett szakemberek számára. A témával kapcsolatos metódusok kiemelése a téma számára meghatározott (ld. NAT) szűk időintervallumra és az információ mélységére és fontosságára való tekintettel történt.

6. 1. Érzelmi nevelés

A legfontosabb eszköz az egészségtudatos nevelésben. A társadalom felől érkező érzelmentes életvezetés ellensúlyozásaként lehetőséget kell adnunk a diákoknak és tanáraiknak, hogy az interakciókban keletkező érzelmeiket felismerjék és kommunikálják. Ezen érzelmek nem kielégítő kezelése a devianciák melegágya.

A megközelítés abból indul ki, hogy a devianciák előidézésében a személyiség és szociális készségek tudásának, ill. annak hiányának döntő szerepe van. A hangsúly nem az információnövelésre, hanem a személyiség fejlődésére tevődik.

A döntéshozás képessége a megfelelő kommunikáció, érdekérvényesítő és helyzetfelismerő képesség megtanulásán múlik. Ezt a módszert csoportfoglalkozás keretében alkalmazzuk. Hosszú időt igényel a kivitelezése és speciálisan kiképzett szakember szükséges a foglalkozás vezetéséhez.

6. 2. Interaktív programok

Olyan irányzat, amikor a diákok aktívan részt vesznek a programokban, olyan eszközökkel kombinálva, mint szerepjáték, készségfejlesztő programok stb. A csoportfoglalkozás után a résztvevők megbeszélik, értékelik tevékenységüket. Ez a módszer, hatásosnak bizonyult, mert nem csak tanít, hanem nevel is.

6. 3. Információközlő előadás

Nem a klasszikus, frontális előadást jelenti csak, amikor az előadó „száraz” információkat (kábitószerep téma: drogok formája, hatása stb.) ad át, hanem a téma mélyebb megismerését szolgáló tudásközvetítés. A deviáns magatartás vizsgálata helyett az egészséges életszemlélet megerősítése történik. Itt lehetőség van további szakemberek bevonására. A módszer jól illeszkedik az iskolai oktatás stílusához.

6. 4. Drogalternatívák

A fiatalokra jellemző a kockázatkereső magatartás, mellyel vágyaikat igyekeznek kielégíteni, ezért a kihívásokat is egy ilyen „szükséges igényként” élik meg. A módszer alternatívákat próbál nyújtani a veszélyes kihívásokkal szemben a keresztyén értékrend, a közösség megtartó ereje, az intellektuális kihívások, a zene, a művészetek, a kalandtúrák, a sportok, az egyéni rekreáció stb. segítségével. Ez a módszer akkor eredményes, ha a program személyre szabott.

6. 5. Klubok

Több iskola összefogásával, önkormányzati és egészségügyi segítséggel klubot lehet létrehozni és működtetni. A programok közvetett módszerként szolgálják az elsődleges prevenciót a tanárok, a diákok és a szülők számára egyaránt.

6. 6. Filmvetítés

Az egészségvédelemmel kapcsolatos élettörténeti és szórakoztató filmek vetítése. Kiválasztásnál fejlődés-lélektani szempontokat is érvényesíteni kell.

6. 7. Vetélkedők, pályázatok

Regionális, iskolai- vagy osztályszintű pályázati kiírások egészségnevelés témák tanulói feldolgozására (elbeszélések, versek, poszterek, rajzok, plakátok, fotók, filmvázlatok lehetnek a kiírások témái).

6. 8. Kiscsoportos beszélgetések

Osztálynak vagy kisebb panelcsoportoknak tartott beszélgetéses témafeldolgozások. Odaforduló, érzékeny és mégis távolságot engedő attitűddel kell a foglalkozást vezetni. Kerülni kell az egyéni moralizálást, a felelősségkutatást, az elijesztést és a megszégyenítést.

6. 9. Szabadult szenvedélybeteg megszólaltatása

A mély, belső megosztás, megtapasztalás mindkét fél számára hasznos. Hasznos a szabadult szenvedélybetegnek, mivel minél többször tesz bizonyosságot a szabadításról, annál biztosabb lesz abban, ami vele történt, és a fiataloknak lehet egy pozitív példa és bizonyosság Isten munkájáról. Célunk, hogy elmondjuk és megosszuk a fiatalokkal, hogy Isten a legnagyobb mélységekből is képes megszabadítani az embert. Hisszük, hogy Jézus Krisztus szeretete és kegyelme minden emberre kiáradhat, ez maga az evangélium.

7. Útravaló diákoknak, támogató programok

A református diákokat támogató programok több csoportba sorolhatóak, annak függvényében, hogy mely iskolában, milyen korosztálynak és milyen céllal kerülnek megrendezésre. Lényeges kérdés, hogy az adott intézményben és a lakókörnyezetében mennyire jellemző a deviancia. Fontos, hogy egyénileg megállapítsuk az adott iskola elhelyezkedésére vonatkozó egészségtudat-fejlesztő stratégiát. Úgy gondoljuk, hogy a devianciák figyelmeztető jelekkel kezdődnek, amelyeket a környezetnek fel kell tudni ismernie. Számunkra valójában az a fontos, hogy az egészségre és mentális jóllétre helyezzük a hangsúlyt és ezeket a témákat interaktív, játékos feladatokon keresztül tanítsuk a fiataloknak, hogy küzdjenek és ellenállóak legyenek a különböző veszélyekkel szemben.

7. 1. Útravaló önmagamról - önismereti program

Önismeret

Célja, hogy a diákok az önismereten keresztül elégedettebbek legyenek önmagukkal és testképükkel. Képességeikben fejlődjenek, és ellen tudjanak állni az életben

tapasztalt kihívásokkal szemben. Istenbe vetett hitük erősödjön és felismerjék a kihívások és a kívánságok közötti különbséget és tudjanak jó, Istentől áldott döntéseket hozni.

Módszere: Játékos feladatok, teszt, interaktív feladatmegoldás, rajz vagy kreatív tevékenység, szituációs játékok.

Óraszám: Az általunk preferált hét témában (1. Önértékelés, 2. Önbecsülés, 3. Önbizalom, 4. Énkép / testkép, 5. Készségek és képességek, 6. Döntéshozás, 7. Empátiafejlesztés) lehet hét vagy tizennégy alkalmas programot tartani a diákoknak, témánként 45 vagy 90 percen.

7. 2. Útravaló Istentől – jellemfejlesztő program

Jellemfejlesztés

Célja, hogy a diákok el tudják választani a szentet és a profánt. Jellemük és Istenbe vetett hitük erősödjön. A Bibliai értékrend alapján felismerjék a lehetőséget, hogy Istentől áldott életet legyenek képesek élni. Az Isten és embertársaik felé tanúsított bizalom és hűség fontosságát átérezzék, és fontosnak tartásuk. Tiszteljék embertársaikat és lássák meg a hatalomhoz való viszonyulásokat és azok veszélyeit. Éljük meg hitüket és erősödjön meg Istennel való személyes kapcsolatuk.

Módszere: Játékos feladatok, teszt, interaktív feladatmegoldás, rajz, szituációs játékok.

Óraszám: Az általunk preferált hét témában (1. Erkölc, 2. Értékek és értékrend, 3. Előítéletek, 4. Bizalom és hűség, 5. Felelősség és kötelesség, 6. Tisztelet és hatalom, 7. Hit és megerősítés) lehet hét vagy tizennégy alkalmas programot tartani a diákoknak, témánként 45 vagy 90 percen.

7. 3. Útravaló a kapcsolataimhoz – kapcsolatfejlesztő program

Kapcsolatok

Célja, hogy a diákok minden szinten tisztában legyenek kapcsolataikkal. Legyenek jó, hasznos és tartalmas kötődéseik. Felismerjék ezek fontosságát, és mibenlétét. Tartsák értéknek, lássák meg kapcsolataik befolyásoló erejét. Értékeljék a családi kapcsolataikat és legyen őszinte és nyílt baráti kapcsolatuk. Megtanulják kezelni a kapcsolatokban rejlő konfliktusait, kifejezhessék fiú és lány csoportokban a szerelem és vonzódás érzéseit.

Módszere: Játékos feladatok, teszt, interaktív feladatmegoldás, rajz, szituációs játékok.

Óraszám: Az általunk preferált hét témában (1. Családi kapcsolataim, 2. Kapcsolatom a közösséggel, 3. Kapcsolatom a társadalommal, 4. A barátság, 5. Párkapcsolat, szerelem és a szex [miért érdemes várni?] 6. Konfliktusaim a kapcsolataimban, 7. Kapcsolatom a Teremtővel) lehet hét vagy tizennégy alkalmas programot tartani a diákoknak, témánként 45 vagy 90 percen.

7. 4. Útépités – ifjúsági kortárs segítő képzés

Témái: Eszközeim, lehetőségeim, határait a kortárs segítésben

Célja: A kortárs csoport fontos helyszín a serdülők számára, hogy elsajátítsák a személyiségfejlődésükhöz szükséges készségeket, a társas viselkedési formákat. Gyakran kérnek tanácsot, segítséget egymástól, meghatározóan befolyásolja őket társaik véleménye. A kortársak nagy hatásúak a serdülők viselkedési döntéseinél. A tréning célja a magatartásirányítás, humán alapbeállítódás, konstruktív magatartási szokások kialakítása azért, hogy képesek legyenek empátiával, elfogadással és hitelesen segíteni bajba jutott kortársaikon. Elengedhetetlen, hogy a fiatalok önismerete, önbizalma fejlődjön, emberi kapcsolataikban igényes felnőtté váljanak, konfliktuskezeléshez szükséges személyiségjegyeik bővüljenek, szemléletmódjuk, problémaérzékenységük előnyösen változzon. A résztvevő fiatalok megtanulják reálisabban, önkritikusabban szemlélni önmagukat, környezetüket. Megszerzett ismereteiket közösségükben sikeresen tudják majd alkalmazni, alkalmassá válnak önálló, felelős döntések meghozatalára. Saját iskolájukban be tudnak kapcsolódni olyan programok tervezésébe, szervezésébe, melyek meghatározói az iskolai életnek. Jellemző a fiatalokra, hogy akár a legális, akár az illegális drogok első fogyasztása mindig társakkal együtt történik. Kortársi csoportban kínálják meg egymást cigarettával, alkohollal vagy más szerekkel. Ebben az esetben a szociális befolyásolás erősebben hat, mint a családi tiltás szabályrendszere. A résztvevők megtanulnak probléma érzékenyen reagálni és fejlesztik szociális készségeiket (empátia, elfogadás, segítségnyújtás, problémamegoldás stb.). Alapinformációkat kapnak a segítés lehetőségeiről, és saját kompetenciahatáraikat felismerik. A cél a pozitív kortárshatások kialakulásának elősegítése.

Módszere: Kortárs tanácsadás, kortárs segítés, a kortársak részvételének bátorítása. A csoportos probléma megbeszélések segítségével a tanulók jobban ráláthatnak problémáikra, és a kortársak segíthetik őket ezek megoldásában. Játékos feladatok, teszt, interaktív feladatmegoldás, rajz és kreatív tevékenység, szituációs játékok.

Óraszám: 4 x 1 alkalom. 1 alkalom = 4 x 90 perc (de. és du.)

7. 5. Életút – bizonyágtétel vagy előadás

Az MRE Kallódó Ifjúságot Mentő Misszió keresztül több szabadult szenvedélybeteggel állunk kapcsolatban. Kérésre szívesen tartunk előadást addiktológiai témában, a függőség természetéről, rizikófaktorokról, a veszélyeztetettekről, a drogok veszélyeiről is.

8. Útravaló pedagógusoknak, támogató programok

8. 1. Útvonal – iskolai állapotfelmérés

Az állapotfelmérés alapvető eleme minden programnak, különös tekintettel azokra a programokra, amelyek hosszú lefutásúak és folyamatosan működők. Felmérjük az iskola helyi adottságait, a jelzőrendszert, és a református diákok veszélyeztetettségét. Az állapotfelmérés leginkább a fiatalok lelki egészségére terjed ki. Személyre

szabottan, minden intézménynek azon programunkat ajánljuk, amelyet a helyzet és a helyi adottságok megkívánnak.

8. 2. Zarándokút – tanári készségfejlesztő, érzékenyítő program

Témái: Önismeret, készségfejlesztés, problémamegoldás, információnyújtás, attitűdformálás.

Célja: A református intézmények pedagógusa elkötelezettségénél fogva felelősséget érez mind önmaga, mind diákjai lelki egészségéért. Ezen felelősség egyik megnyilvánulása lehet az a felkészültség, amellyel az esetleges devianciák kialakulásának lehetőségét felismeri és emberi összefogással megakadályozza. Ebben kívánjuk támogatni azokat a pedagógusokat, akik vállalják és elfogadják, hogy önmaguk megismerésén keresztül, képességeik fejlesztésével és használatával vezet az út mások megsegítéséhez. Alapvető információkkal látjuk el a pedagógusokat a lelki egészség, az önismeret, a készségfejlesztés és a függőségek terén. Támogatást nyújtunk a devianciák megismerésében. Tanári kézikönyvet készítünk önismereti, készségfejlesztő feladatokkal és játékokkal, amely abban segít, hogy a tanárok, maguk is meg tudják tartani a későbbi programokat.

Módszere: Játékos feladatok, teszt, interaktív feladatmegoldás, rajz és kreatív tevékenység, szituációs játékok, kiscsoportos feladatmegoldás.

Óraszám: 2 x 1 alkalom, 1 alkalom = 4 x 90 perc (de. és du.)

8. 3. Útitárs program – egyéni problémák megoldása és szülői tanácsadás

Nagy gondot okoz, amikor a problémával szemben tehetetlen az iskola vagy a pedagógus és az együttműködés a szülővel különböző okokból nem tud létrejönni. Fontos, hogy olyan szakember foglalkozzon a családdal, aki nincs bevonódva a mindennapi nevelési folyamatokba, tehát nem az iskola oldalán áll, hanem független attól. Az egyéni, speciális problémákban segítünk és levesszük a terhet az osztályfőnökök válláról.

8. 4. Útjelző program – egészségterv és iskolai drogstratégia kialakítása, elkészítése

Az iskolákban sajátos, az egyéni kihívásokhoz illeszkedő, a helyi problémákra reagáló egészségtervet és iskolai drogstratégiát kell készíteni. A helyi közösségek és szakemberek bevonása mellett a programok, kapcsolatok feltérképezése is célunk. A lehetőségek minden intézménynél eltérőek lehetnek, úgy ahogy az elvárások, a kihívások és az erőforrások is.

Az iskolai drogstratégia készítésének lépései

1. Állapotfelmérés,
2. Jövőkép kialakítása
3. Prioritások meghatározása
4. Célok megfogalmazása
5. Programtervezés

6. Kapcsolati rendszer kiépítése
7. Akcióterv
8. A stratégia elfogadtatása a tantestülettel
9. A stratégia végrehajtása
10. A végrehajtás értékelése

8. 5. Akkreditált pedagógusképzés

A résztvevők alapvető addiktológiai ismeretekhez jutnak, megtanulják a drogfogyasztás felismerésének szempontjait és megnyilvánulásait. Elméleti és gyakorlati ismereteket sajátítanak el a segítségben alkalmazható módszerek, eszközök, technikák használatára. A tanárokat képessé kívánjuk tenni arra, hogy a drog és függőség kérdései, s a hozzá kapcsolódó rizikók megbeszélhetővé váljanak iskolai környezetben is, hogy a fiatalok védekező készségei megerősödhessenek. A pedagógusok a tanult készségeket egyéb tanórai és pedagógiai helyzetekben is felhasználva váljanak nyitottabbá és felkészültebbé az iskola egészségfejlesztési feladatai iránt. E továbbképzés a drogprevenációs tevékenység bevezetésére alkalmas szemlélettel és módszerekkel ismerteti meg a résztvevőket. A képzés 30 órás bentlakásos (10 óra elmélet és 20 óra gyakorlat), majd 30 órás esetmegbeszélő részből áll. Az elmélet felöleli az addiktológia és a drogmegelőzés kérdésköreit. A képzés különlegessége, hogy a megszerzett ismeretek és készségek napi alkalmazásában is segíti a pedagógust.

A résztvevők képessé válnak a személyközpontú megközelítés – empátia, tolerancia, kongruencia, spontaneitás – helyzetnek megfelelő tudatos alkalmazására, a non-direktivitás, a paradox intervenció, a motivációs interjú használatára. Legyenek képesek a hivatásszerepben megtapasztalt (érzelmi, magatartási, életvezetési, kapcsolati) problémahelyzetek reális észlelésére, reflektálására, illetve feldolgozására, a kollegiális szakmai együttműködés használatára. A programot Victoriné Erdős Eszter, református lelkész, addiktológiai-narkológiai konzultáns, szupervízor készítette és a Gyökössy Endre Lelkigondozói és Szupervízori Intézet akkreditálta.

9. Megvalósítás módja

9. 1. Koncepció, állapotfelmérés

A koncepció átgondolása és az állapotfelmérés alapvető eleme minden programnak, különös tekintettel azokra a programokra, amelyek hosszú lefutásúak és folyamatosan működők. A koncepció minden iskola esetében egyénileg kerül meghatározásra. Egy gyors helyzetfelmérésnek vagy éppen hatékonyságvizsgálatnak a legegyszerűbb módja a kérdőíves technika. A kérdőív anonim, rövid és egyértelmű. Meg kell beszélni, hogy mi történik a kapott eredményekkel.

9. 2. Stratégia és értékelés

Meg kell határozni a rövid-, közép-, ill. hosszú távú célokat és azt, hogy milyen szempontok alapján méri a program sikerességét, melyek a program

sikerkritériumai. Célszerű kiemelt programonként és legalább tanévente átfogó, értékelést végezni a megvalósulás arányát vizsgálva. Az elmaradt programokat újabb egészségfejlesztési feladatként célszerű kezelni. Az újabb célkitűzést célszerű egy ismételt állapotfelméréssel kezdeni. Ez egyrészt méri az eddig sikeresen megtartott programok hatékonyságát, másrészt valós kiindulási alapot jelent az újabb célmeghatározásnak mutatva, az esetleges hangsúly eltolódásokat.

10. Kiadványaink

10. 1. Útravaló DVD – Bizonyágtételek és előadások

Az összegyűjtött történetek és bizonyágtételekből DVD lemez áll rendelkezésre. Célunk, hogy hiteles és hívő szakemberek segítségével felvértessük az iskolákat pontos információkkal, amelyek segítenek a diákoknak és a tanáraiknak a lelki egészség és a devianciák összefüggéseinek megismerésében.

10. 2. Útravaló füzetek – Diákoknak és pedagógusoknak

Az Útravaló füzetek a diákoknak jellemépítő, személyiségfejlesztő céllal készülnek. A kamaszkori kérdésekre adnak keresztyén válaszokat. A pedagógusoknak, pedig abban nyújtanak segítséget, hogy orientálódjanak a kamaszkor aktuális kérdései között. Ezen füzetek pályázati forrásokból, vagy külön kérésre készülnek el.

Bővebb információ és kapcsolat:

ORSOLICS ZOLTÁN ZÉNÓ
REFORMÁTUS ISKOLAI EGÉSZSÉGTUDAT FEJLESZTÉS
TEL.: 06 30 3155 746
E-MAIL: INFO@KAMASZSZERVIZ.HU