

Soósné Faragó Magdolna

Felkészítés az egészségnevelésre a pedagógusképzésben

A nevelés jellegéből adódóan olyan pedagógusokra van szükség, akik a gyerekek egész személyiségét fejlesztik, természetesen a szakjuknak megfelelő hangsúlyokkal, de végül is csapatmunkában. Az „egészséges” pedagógiai légkör megteremtése természetesen egészséges, érett pedagógus-személyiségeket feltételez, tehát a pedagógusképzéssel ennek szoros kapcsolata nyilvánvaló.

Az egészségnevelés a legbonyolultabb fogalmak egyike. Hiszen az egészség relatív voltához kapcsolódik a nevelésnek olykor parttalanra duzzasztott (a szocializációval azonosra tett) felfogása, olykor az ellenkező végletbe esve: a pedagógus tanórai ismeretközvetítő munkájára leszűkített értelmezése. Az egészségnevelői feladatokra való felkészítés a pedagógusképzés során ennél fogva még összetettebb. Helyzetéről, lehetőségeiről még ebben rövid cikkben is csak e három fogalom: az egészség, a nevelés és a pedagógusképzés kapcsolatainak az előzetes felvillantása után érdemes beszámolni, hogy a számvetés során előtűnő hiányosságok – merthogy azokról szólok, amelyek épp ezen összetett jelleg figyelmen kívül hagyásából eredeztethetők – egyértelműbbé válhassanak. Bizva abban, hogy a problémák feltárása segíthet hozzá a célirányosabb megoldásmódok megtalálásához.

Az egészség a legegyszerűsített megközelítésben nem más, mint a betegség hiánya. Pozitív megfogalmazásban: jóllét, vagyis a létnek, az életnek a minőségét mutató fogalom. Az élet minősítése pedig szubjektív, ha az egyes ember élete felől közelítjük meg azt. Jól tudjuk, hogy a fizikai, testi állapot érzékelése, értékelése a mentális szűrőn át történik, s hogy nemcsak az „ép testben ép lélek” kétezer éves szállóige igaz, hanem ennek fordítottja is: az ép lélek pozitív hatása a testi állapotra. (Például a környezet befolyása vagy bizonyos tudatos cselekvések hathatnak az egészség megőrzésére vagy visszanyerésére, mint erről a holisztikus felfogású gyógymódok, az autogén tréning, az agykontroll stb. terjedése tanúsodik napjainkban.) Ebből következik, hogy a prevenció sem szűkíthető le csupán a fizikai, testi, biológiai hatásmechanizmusok ismeretére, sőt maga az egészséges testi fejlettség sem biztosítéka a jóllétnek. Motivációs bázis is szükségeltetik az egészség megtartására, amely az egészség mint érték meglétét feltételezi. Ez összefügg az élet igénisével, az pedig a személyes életcéllal és az önértéktudattal, azon belül azzal a meggyőződéssel is, hogy az élvén képes saját élete, sorsa irányítására, így testi-lelki egészségi állapota befolyásolására, akár esetleges betegsége, fogyatékossága tudomásulvételével, elfogadásával is. Mindezt röviden mentálhigiéniének, lelki egészségnek nevezhetném, amely az érett személyiség jellemzője. A nevelés célja pedig éppen ez: a fejlett, érett személyiség kialakítása.

Az egészségnevelés – ezt most csak az oktatási-nevelési intézmények pedagógiai munkájára leszűkítve – tehát szintén nem merülhet ki csupán a szervezeti funkcióinak a megismertetésében és a testnevelési órán a fizikai állóképesség, a kondíció fejlesztésében, miként az a legtöbb iskolára jellemző. Mivel minden

pedagógiai hatás a teljes személyiség szűrőjén keresztül érvényesül, a test egészséges működésének a megismertetésével és a testi kondíció fejlesztésével összefonódva érvényesítenie kell a pedagógusnak a szellemi, a lelki élet fejlesztésére irányuló egyéb nevelési hatásokat is, hogy a testi és lelki egészség harmóniája kialakuljon és megmaradjon.

Az ilyen értelemben felfogott egészségnevelés az iskolában valamennyi pedagógus feladata kellene hogy legyen. Nem csak az iskolaorvosé, a védőnőé, akiknek a tanácsadó, felvilágosító munkája persze nem nélkülözhető. Nem is csak a biológiatanáré; aki az élő szervezet egészséges működéséről szóló ismereteket tanítja, noha ez is szükséges, és nem elégséges kettejük mellett a testnevelő tanár bármennyire is hivatásza magaslatán álló pedagógiai munkája sem.

A nevelés jellegéből adódóan olyan pedagógusokra van szükség, akik a gyerekek egész személyiségét fejlesztik, természetesen a szakjuknak megfelelő hangsúlyokkal, de végül is csapatmunkában.

Az „egészséges” pedagógiai légkör megteremtése természetesen egészséges, érett pedagógusszemélyiségeket feltételez, tehát a pedagógusképzéssel ennek szoros kapcsolata nyilvánvaló. Összefüggnek a fogalmak másképp is: a pedagógusok képzésében az egészség és a nevelés éppúgy áthatja egymást, mint a gyermekéknél, hiszen az egészségnevelés a pedagógusképzésben is a személyiségfejlesztés integráns része.

Az iskolai egészségnevelés sikerességének másik feltétele olyan életkörülményeknek a megléte, ahol a gyerekek nemcsak elméletileg ismerhetik meg a helyes, az egészségmegőrzést szolgáló viselkedési formákat, hanem gyakorolhatják is azokat. Szokásokat, készségeket kialakítani ugyanis csak a tényleges gyakoroltatás során lehet, a gyerekek önálló tevékenységi lehetőségeinek a biztosításával. A motiváció és az értékek kialakulását (az interiorizációt) szintén a saját tapasztalat mozgítja elő. Ehhez az szükséges, hogy a gyerekek az iskolában fizikai és mentális értelemben egyaránt olyan jóllétben élhessék életüket, amely fejlődésüket inspirálja, tehát nem károsítja egészségüket.

Az egészséget nem károsító környezethez, körülményekhez való emberi jogot az Alkotmány rögzíti, amely „gyermekек esetén kizárólag mások kötelezettségeinek a meghatározásával érvényesíthető” (Diákjogi Charta, Bp., 1994. Kiad. ODU). Az iskola működését szabályozó közoktatási törvény 10. paragrafusa a gyermekek egészséges élethez fűződő jogait ilyen komplex értelemben fogalmazza meg, de a „mások”: a fenntartó és a pedagógus kötelezettségei ezek érvényesítésére már nem ilyen egyértelműen tisztáztak. Az egészséges iskolai környezet és az egészségnevelésnek ez a preventív módja iskoláink jelenlegi átlagos személyi és tárgyi feltételei mellett sajnos ma még inkább csak vágy, mint realitás. A néhány pozitív példa azonban azt mutatja, hogy ma sem lehetetlen. Vannak gyerekközpontú, nevelésközpontú, humanisztikus iskolák, ahol a közismerten nehéz anyagi körülmények ellenére is kiművelt és elkötelezett pedagógusok közössége biztosítja a gyermeki élet minőségét, ahol a megváltoztathatatlan biogén és a makrokörnyezetből eredő ártalmakat a lehetőségek határáig kompenzálják, s ahol a legtöbb iskolában sajnos oly gyakori jatrogén (az iskolai létből származó szociogén és pszichogén) ártalmakat e tudatos pedagógiai munka eredményeként minimálisra csökkentik.

Most azt vizsgáljuk meg, hogy a pedagógusképzés, a személyi feltételek minőségének e meghatározó tényezője mennyiben szolgálja az imént vázolt célt, a komplex egészségnevelésre alkalmas, kiművelt és elkötelezett pedagógusszemélyiség kibocsátását! A pedagógusképzésben is összefonódik, elvileg azonban megkü-

lönböztesse a teljes személyiség fejlesztését szolgáló elem és az egészségnevelés szakszerű elméleti megalapozását nyújtó képzési tartalom. Maga a pedagógusképzés nem egységes a céljait tekintve, ezért külön tárgyaljuk a két fő típust.

A tanító- és óvóképzés fő célja a teljes gyermeki személyiség fejlesztésére való felkészítés, ezért itt az egészségnevelésre történő felkészítés is eredményesebb. A kisgyermekkorban közvetíthető konkrét egészségügyi tudnivalók természetesen kevésbé mélyek, a szokások kialakítása egyszerűbb, mint az idősebb korosztályokban. Ezeket az ismereteket az óvó- és tanítóképző főiskolákon véleményem szerint megfelelően el lehet sajátítani. A testnevelési, a családi-háztartási, a természetismereti és a környezetkultúra műveltségterületén a hallgatók konkrét és sokoldalú egészségügyi tájékozottságot szerezhetnek, az alkalmazott pedagógia és pszichológia tantárgyak keretében pedig a személyiség fejlődési zavarairól, az ártalmak okairól és pedagógiai kompenzálásuk lehetőségeiről szereznek ismereteket.

Külön szempont természetesen az is, hogy a pedagógusjelölteknek a képzés során megadatik-e a saját személyiségfejlesztésükhöz szükséges mindazon testi és lelki környezeti hatás és körülmény, amelyről fentebb szoltunk. E tekintetben sajnos nem ilyen pozitív a kép: a hallgatók túlterheltek, hajszoltak, sokszor kimerültek, egyéni problémáikban magukra hagytak. Életkörülményeik és életvitelük sem megfelelő, és gyakran nincs meg a felkészüléshez szükséges pozitív főiskolai légkör sem. Többnyire hiányzik azoknak a módszereknek a megtanítása is, amelyek képessé tennék a hallgatókat a főiskolákon, a mindennapi életben, de leginkább a pedagóguspályán oly jellemző pszichés megterhelés, stressz elviselésére, feldolgozására és feloldására, a pszichoszomatikus következmények visszafordítására, a lelki egészség karbantartására. Mindez azonban a hallgatói életet általában jellemző probléma, amely a tanárképző főiskolákon ennél fokozottabb mértékben, a nagy hallgatói létszámú intézményekben, így az egyetemeken pedig még inkább jellemző, mint az óvó- és tanítóképzőknél.

A tanárképzésben a személyiségfejlesztésre való felkészítés célja mellett egy-egy tudományterület vagy szakmacsoport szakismereteinek a megszerzése a másik feladat. E kettős követelmény közül a hangsúly az utóbbi évtizedekben sajnos egyre inkább a szakterületi oldalra helyeződött, előbb az egyetemeken, mára a főiskolákon is. Ennek a kedvezőtlen arányeltolódásnak a visszafordítás érdekében történt a tanári szakokon a „tanári mesterségre” felkészítés követelményeinek standardizálása. A hallgatói és egyben a gyermeki személyiség fejlesztésére irányuló képzési tartalom elmélyítése következtében várhatóan felkészültebb, a betegséget okozó ártalmakkal szemben felvértezettebb, kevésbé kiszolgáltatott pedagógusok kerülnek majd a pályára. Ma még azonban az a jellemző, hogy a pályakezdő pedagógusok munkájuk során szembesülnek mindazokkal az egészségkárosító ártalmakkal és következményeikkel, amelyek tanítványaikat sújtják, és ezekben csaknem olyan tájékozatlanok, mint a gondjaikra bízottak. Csak néhány egyetem és főiskola tanárképzési programjában szerepel például az egészségnevelés vagy a mentálhigiénié mint külön tantárgy, a testnevelés nem mindentől kötelező, az egészséges életvitel, táplálkozás, mentálhigiénié kialakulásának számos olyan akadálya van, amely a diáklétből fakad, de amelyben oktatóiktól, intézményüktől mégis esetlegesen kaphatnak csak segítséget. (A perspektíva még kedvezőtlenebb: a felsőoktatási intézmények költség támogatásának csökkentésével sajnos épp a „járulékosnak” tekintett feladatok leépülése várható.)

A tanárképzés másik sajátossága, hogy a felső tagozaton és a középiskolában folyó szakszerű oktatás tantárgyainak megfelelő egyes szakokon szakszerű és

mély ismereteket lehet szerezni, de a tantárgyközi ismeretek vagy az adott szaktól eltérő témák a képzés során legfeljebb 1-2 féléves és 1-2 órás fakultatív kurzusként vehetők fel, ami az egészségneveléssel kapcsolatos tárgyi tudás megszerzésére nem elegendő. Elvileg létezik az a lehetőség, hogy egy összefüggő tantárgyakból álló, szabadon választható nagyobb tanulmányi egységet az oklevél mellé csatolt tanúsítvány ismerjen el, de az egészségnevelés témájában ilyen programot tudomásom szerint (ugyanis e program jóváhagyása intézményi hatáskör) egyik képző hely sem dolgozott ki, noha a tanári mesterség képesítési követelményei ezt ajánlották. Ha valamely eddig hiányzó programot, így például az egészségnevelést egy vagy akár több tanárszakra épülő posztgraduális szakirányú továbbképzési szakként fogalmazna meg valamelyik felsőoktatási intézmény, s ezt a szakalapítási dokumentumot (és ugyanígy az indítási kérelmet) két bizottság (FTT, OAB) javaslata alapján kormányzati döntés hagytná jóvá, országosan elismert szakképesítést szerezhetnének ebben pedagógusaink. Ilyen szakirányú szakalapítási kérelmet azonban egyetlen intézmény sem nyújtott be az MKM-be, pedig véleményem szerint ilyen formájú képzettség megszerzése volna a legcélszerűbb. Sajnos a mai napig nem jött létre maga az egészségtan vagy egészségnevelő tanári alapszak sem, jóllehet ezt a kérelmet többször is benyújtották. Sok éve nyilvánvaló ennek a szükségessége. Az egészségügyi szakközépiskolákban a szakmai elméleti tárgyak tanítása történhetne megfelelő szaktanárral, s ugyanő a közoktatásban is taníthatná az egészségtan tárgyat, amelyet a Nemzeti alaptanterv is nevesített. Az orvosegyetemek és egészségügyi főiskolák konszenzusa hiányzik a szak tartalmát illetően, a kért (egyetemi) szint tekintetében pedig koncepcionálisan volna szükséges döntésre jutni. (A jelenlegi egyetlen olyan létező szak, amely az egészségnevelés területén pedagógusi diplomát nyújt – ez az egészségügyi szakoktató szak –, csak az egészségügyi szakképzés gyakorlati jellegű foglalkozásainak a vezetésére képesít.)

Így ma az egészségügyi témákat (esetleg az egészségtan tantárgyat) az iskolákban vagy a szinte autodidakta módon felkészült osztályfőnök, vagy a pedagógiai szakértelemmel nem bíró iskolaorvos közvetíti (ráadásul neki jutnak a „kényes” témák, holott a pszichoszexuális fejlesztés olyan fontos része a személyiségfejlesztésnek, amelyhez különösen szükséges volna a pedagógiai szakértelem is). A biológia és a testnevelés szakos tanár szintén tanulta az emberi szervezet egészséges működéséről szóló ismereteket, a környezettan tanári szakok képzési programjaiban pedig a mindennapi életben előforduló környezeti ártalmak is súlyt kaptak. Így többnyire a tantárgyakba építve is kapnak a gyerekek bizonyos egészségügyi részismereteket. Ehelyett szerencsésebb volna, ha az egészségnevelés valamennyi résztvevőjét egy rendszerben láttatnák meg a gyerekekkel. Ennél is nagyobb gondot jelent, hogy a zsúfolt tantervi követelmények miatt nincs lehetőség olyan gyakorlati tapasztalatszerzésre, amely az elméletben megtanultakat alátámasztaná, szokás-sá, motivációvá érelné.

Két olyan új keletű szak létesült viszont, amely sokat enyhíthet e problémákon. Az egyik neve: *háztartás-ökonómia-életvitel* tanárszak, a másiké: *szociálpedagógus* szak. Az előbbi tárgya a gyerekek mindennapi élete, elsősorban a család, az otthon és az ezzel kapcsolatos gyakorlati tudnivalók. Az az újdonság benne, hogy az iskolai gyakorlati alkalmak megteremtésével szokások, értékek, motivációk kialakítását is lehetővé teszi. Fő témái között szerepel az egészséges táplálkozás, a betegápolás, csecsemőgondozás és – áttételesen szolgálva az egészségmegőrzést – a lakás- és környezetkultúra, a ruházkodás, tisztálkodás, öltözködés. Az életvitel blokk a mentálhigiéne alapvető feltételeit tárgyalja. A tanulási és szabadidős

szokások, a családi és partneri kapcsolatok, a barátok, a szomszédok, a kisebbségek, az illem, az ízlés stb. mind-mind olyan témák, amelyekről a mai gyerekek szülei nem kaphattak szakszerű ismereteket, pedig mindezek igencsak meghatározzák az élet minőségét. Ezért a család helyett ezeket ma az iskolának kell közvetítenie. E szakon két főiskola képez tanárokat.

A *szociálpedagógus* szakos képzést óvó-, tanító- és tanárképző főiskolák egyaránt folytatják (szám szerint hét helyen), többnyire szakpárban a felsorolt pedagógus szakokkal. Az iskolákban, nevelési tanácsadókban, családsegítő központokban alkalmazott szociálpedagógus a másodlagos nevelési ártalmak (magatartászavar, tanulási lemaradás, motivációhiány stb.) pedagógiai korrekciójával szintén a lelki egészség visszanyerését eredményezi. E képzés célja ugyanis a szociogén ártalmak szakszerű felismerése és ellensúlyozása a közoktatási intézményekben, a családban, gyermekotthonokban. Így elsősorban ez is a prevenciót szolgálja.

A gyógypedagógus-képzés célja hasonló, azzal a sajátos különbséggel, hogy ők a fogyatékos, sérült gyermekek szakszerű neveléséhez kapnak felkészítést, ahol az egészséggel, betegséggel, biológiai, lelki, mentális működéssel kapcsolatos szaktudás természetesen igen mély és sokrétű. Az egészségnevelés preventív feladatait szolgálja az *iskolapszichológus* is, aki képzettségét a pedagógiai szakirányú továbbképzés során szerzi meg. Ugyanígy a pedagógia szakot végzettek és a pszichológiai tanárok is szereznek részismereteket az egészségnevelés területén.

Végezetül egy olyan továbbképzési lehetőségről tesztek említést, amely más, ún. „segítő” jellegű szakmák mellett a pedagógusszakmára is épülhet: ez a *mentálhigiénés szakirányú posztgraduális szak*. Alapvetően szintén a gyerekek körében előforduló szociogén és pszichogén ártalmak szakszerű kezelésére, valamint saját lelki egészségének a karbantartására tanítja meg a pedagógusokat, ezáltal szolgálva az egészségmegőrzés ügyét.

Hasonló a célja a családpedagógiai témájú továbbképzéseknek is, amelyeknek szakirányú továbbképzési szakká formálódása a felsőoktatási intézmények bázisán a közelmúltban kezdődött meg. Reményt keltő új fejlemény a Népjóléti Minisztérium kezdeményezésére létrejött team is, amely a mentálhigiénés szemléletnek a pedagógusképzésben való erősítésére dolgoz ki ajánlásokat.