

# ΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ

Της Δρος Αναστ. Αργ. ΜΕΛΙΤΖΑΝΗ

## Η έννοια της Αγωγής Υγείας<sup>1</sup>

Στο ιδρυτικό καταστατικό του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας του 1948, η υγεία ορίζεται ως η «κατάσταση της πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας και όχι μόνο η απουσία ασθένειας ή αναπηρίας», (ορισμός που έγινε αποδεκτός από όλα τα Κράτη-Μέλη του) (Anderson 1984).

Η προσπάθεια προάσπισης και προαγωγής της υγείας απαιτεί την ενεργητική συμμετοχή του ίδιου του ατόμου, και είναι εκδήλωση υπευθυνότητας απέναντι στον εαυτό του και στο κοινωνικό σύνολο. Η υπευθυνότητα προϋποθέτει ελεύθερη επιλογή και αποφάσεις δράσης, καθότι υπάρχει συνείδηση του σκοπού και γνώση των στόχων. Η γνώση γι' αυτό είναι αναγκαία, όχι όμως ικανή προϋπόθεση για την υιοθέτηση μίας υγιούς συμπεριφοράς.

«Η Αγωγή Υγείας (Health Education) (Α.Υ.) είναι μια διαδικασία που στηρίζεται σε επιστημονικές αρχές και χρησιμοποιεί προγραμματισμένες ευκαιρίες μάθησης που δίνουν τη δυνατότητα στους ανθρώπους, όταν λειτουργούν ως άτομα ή ως σύνολο, να αποφασίζουν και να ενεργούν συνειδητά για θέματα, που επηρεάζουν την υγεία τους» (Draijer J., Williams T. 1991).

Η Α.Υ. έχει σαφή κοινωνική διάσταση, αφού η λήψη αυτών των αποφάσεων επηρεάζει την προσωπική ευεξία του ατόμου, καθώς και αυτήν του οικογενειακού και ευρύτερου κοινωνικού περιβάλλοντός του (American Joint Committee on Health Education Terminology 1973).

Εξυπακούεται, ότι η Α.Υ. δεν αποβλέπει μόνο στη μετάδοση γνώσεων και πληροφοριών από τους ειδικούς στο ευρύ κοινό, δεν ταυτίζεται δηλαδή μόνο με την ενημέρωση, αλλά και στη διαμόρφωση της στάσης και της συμπεριφοράς του ατόμου και βεβαίως διαφέρει από την προπαγάνδα (Αθανασόπουλος 2004). Η προπαγάνδα δεν αναλύει το περιεχόμενο του θέματος ούτε εξηγεί τους λόγους που υπαγορεύουν μία συγκεκριμένη στάση.

Στόχος της Α.Υ. είναι η προαγωγή της ικανότητας των ατόμων να παίρνουν ελεύθερες αποφάσεις με βάση τη γνώση (Χαραλαμπίδης 1951, W.H.O. 1954, Grout 1968, Picharoti 1975).

Στο παρελθόν χρησιμοποιήθηκε ο όρος «Υγειονομική Διαφώτιση», αντί του όρου Α.Υ., στον οποίο είχε δοθεί ακριβώς το ίδιο περιεχόμενο, (Σάββας 1928, Αλιβιζάτος 1953, Ειδιπίδης 1966, Βαλαώρας 1967, Ζαβιτσάνος 1980) ενώ ειδικά για τους νέους χρησιμοποιήθηκε ο όρος «Αγωγή».

1. Το κείμενο περιλαμβάνεται σε εκτενή έρευνα της Συγγραφέως, η οποία απετέλεσε την βάση για την εκπόνηση Διδακτορικής Διατριβής. Η Δ.Δ. υπεβλήθη και ενεκρίθη από το τμήμα Ιατρικής του Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης, κατά το τρέχον έτος. Η σχετική βιβλιογραφία δεν παρατίθεται εδώ ελλείψει χώρου.

Η έννοια της διαφώτισης σημαίνει την ενημέρωση κάποιου, που ευρίσκεται σε πλάνη και σε άγνοια, χωρίς να εκφράζει την υιοθέτηση νέας συμπεριφοράς και κυρίως χωρίς να απηχεί την ενεργητική συμμετοχή του ατόμου στη διαδικασία της αλλαγής της συμπεριφοράς. Η χρήση του όρου διαφώτιση πρέπει να αναζητηθεί σε εποχές, που βασική επιδίωξη ήταν η καταπολέμηση της πλήρους άγνοιας του πληθυσμού καθώς και η εκρίζωση των προλήψεων (Καπάλας 1950).

Η Αγωγή διακρίνεται σαφώς από τη διδασχή. Η Αγωγή είναι πριν απ' όλα φρονηματισμός και αυτός γίνεται με το ζωντανό παράδειγμα, που πείθει, έλκει, μεταμορφώνει και εξομοιώνει και δεν αρκείται στα λόγια (Παπανούτσος 1957).

Η έννοια της Αγωγής δε διαφέρει από αυτήν της Εκπαίδευσης (Lalande 1951). Σύμφωνα όμως με τον Παπανούτσο (1956), ο όρος «Εκπαίδευση» πρέπει να χρησιμοποιείται για την οργανωμένη και σε δημόσια ιδρύματα (κρατικά ή ιδιωτικά) παρεχόμενη μόρφωση των νέων, που, άμεσα ή έμμεσα, επικουρείται και ελέγχεται από τις δεσπόζουσες κοινωνικές δυνάμεις (Εκκλησία, Πολιτεία, Οικογένεια).

Με βάση τη διάκριση αυτή ο όρος «Εκπαίδευση Υγείας» είναι στενότερος του όρου «Αγωγή Υγείας». Ο δεύτερος περιλαμβάνει τις δραστηριότητες Α.Υ. στην οικογένεια και στην Κοινότητα και όχι αναγκαστικά σε δημόσια ιδρύματα, ενώ ο πρώτος περιορίζεται σε δραστηριότητες Α.Υ. στο πλαίσιο της Σχολικής Εκπαίδευσης (Βελονάκης 1984).

### Η Αγωγή Υγείας και οι νέοι

Ο όρος Α.Υ. χρησιμοποιήθηκε παλαιότερα αποκλειστικά για τους νέους. Αυτό πιθανόν να οφείλεται στην ιδιαίτερη σημασία της για τη νεανική ηλικία, σημασία που οφείλεται στα εξής (Μπάζα - Νεστορίδου 1968, Turner 1966, Tiglaο 1972, W.H.O. 1974, Picharoti 1975, Sutherland 1979):

α. Η συμπεριφορά του ατόμου διαμορφώνεται στα πρώτα χρόνια της ζωής του και κάθε αλλαγή στις μετέπειτα ηλικίες είναι συνήθως δύσκολη.

β. Με την Α.Υ. κατανοεί το άτομο τις μεταβολές, που συμβαίνουν κατά τη διάρκεια της ανάπτυξής του και προσαρμόζεται στις ανάγκες των αλλαγών αυτών.

γ. Τα περισσότερα από τα υπάρχοντα στις ημέρες μας νοσήματα προκαλούνται από την επίδραση παραγόντων, που δρουν από τις μικρές ηλικίες και επομένως είναι αντιμετωπίσιμα. Ορισμένοι παράγοντες από αυτούς ελέγχονται απόλυτα από την ατομική ευθύνη, όπως π.χ. το κάπνισμα, το οινόπνευμα, άλλοι λιγότερο, όπως π.χ. η διατροφή, και άλλοι ελάχιστα, όπως π.χ. η περιβαλλοντική ρύπανση.

δ. Οι νέοι γίνονται φορείς μηνυμάτων υγείας προς την οικογένεια και την Κοινότητα και παράλληλα πρωτοστατούν σε προγράμματα πρόληψης στην Κοινότητα.

ε. Καθοριστική σημασία στη διαμόρφωση των στάσεων και της συμπεριφοράς του ατόμου έχει το σχολείο, που αποτελεί και το κυριότερο μέσον μετάδοσης της γνώσης στους νέους.

Παρά τη μεγάλη σημασία της Α.Υ. για τους νέους, η δυνατότητά της να επηρεάσει τις στάσεις και τη συμπεριφορά και στις μεγαλύτερες ηλικίες δεν θα πρέπει να παραβλέπεται (W.H.O. 1981).

Στη σημερινή εποχή η Α.Υ. είναι κύριο μέρος της προαγωγής υγείας. Ο όρος προαγωγή της υγείας «χρησιμοποιείται ως μία ολική έννοια από όσους αναγνωρίζουν την ανάγκη για αλλαγή στους τρόπους και στις συνθήκες διαβίωσης με σκοπό τη βελτίωση της υγείας» (Ottawa Charter for Health Promotion 1986).

Στόχοι της προαγωγής της υγείας είναι:

Η μείωση της ανισοτήτων στην υγεία.

Η εξασφάλιση ίσων ευκαιριών, ώστε όλοι οι άνθρωποι να είναι ικανοί να αναπτύξουν όλο το δυναμικό υγείας.

Η προστασία της υγείας του ανθρώπου και του περιβάλλοντος από ο,τιδήποτε που την απειλεί.

*Η συντονισμένη δράση από κάθε υπεύθυνο φορέα, τομέα και ομάδα πολιτών, που μεσολαβούν προκειμένου να προστατεύσουν την υγεία από τα διάφορα συμφέροντα, που την απειλούν.*

### **Σκοποί και περιεχόμενο της Αγωγής και προαγωγής Υγείας**

*Η Α. και Προαγωγή Υγείας (στο εξής: Π.Υ.) στο σχολείο χαρακτηρίζεται από δύο βασικά στοιχεία:*

- 1. Απευθύνεται σε παιδιά όλων των κοινωνικών τάξεων.*
- 2. Φθάνει έγκαιρα στα παιδιά, πριν ακόμα αποκτήσουν κακές συνήθειες.*

*Παράλληλα στοχεύει:*

*Στην αναβάθμιση της σχολικής ζωής και στη σύνδεσή της με την κοινωνική πραγματικότητα.*

*Στην πρόληψη του αποκλεισμού των νέων από την κοινωνία και την αγορά εργασίας.*

*Στην ανάπτυξη δεξιοτήτων, στη διαμόρφωση ατόμων με κριτική στάση καθώς και στην επίγνωση των συνεπειών από καθημερινές αποφάσεις.*

*Στη μείωση της σχολικής αποτυχίας καθώς και της πρόωρης εγκατάλειψης της υποχρεωτικής εκπαίδευσης.*

*Οι βασικοί σκοποί της Α. και Π.Υ. όπως προσδιορίζονται από την Π.Ο.Υ. είναι οι επόμενοι (W.H.O., 1954):*

*1. Να αναγνωρισθεί η αξία της υγείας ως κοινωνικό αγαθό.*

*2. Να βοηθήσει να γίνουν ικανά τα άτομα να αποφασίζουν και να ενεργούν με σκοπό την προάσπιση και προαγωγή της υγείας τους.*

*3. Να προάγει την ανάπτυξη και καλύτερη χρήση των υπηρεσιών υγείας.*

*Το 1969 η Π.Ο.Υ. προσδιόρισε και ορισμένα άλλα στοιχεία του περιεχομένου της Α. και Π.Υ. «Πρέπει να λαμβάνεται μέριμνα ώστε τα άτομα να υιοθετήσουν και να στηρίξουν υγιή πρότυπα ζωής, να χρησιμοποιούν συνετά τις υπηρεσίες υγείας που είναι διαθέσιμες σε αυτά και να παίρνουν αποφάσεις σε ατομικό και κοινωνικό επίπεδο, που βελτιώνουν το επίπεδο της υγείας τους και το περιβάλλον» (W.H.O. 1969a). Ένας επί πλέον σημαντικός σκοπός της Α. και Π.Υ. είναι η ανάπτυξη ενός αισθήματος ευθύνης στον πληθυσμό, τόσο για την ατομική υγεία και την υγεία της κοινότητας, όσο και τις ικανότητες ενεργού συμμετοχής στην κοινωνική ζωή.*

*Όταν το άτομο ξεκινά από την κατανόηση των βασικών χαρακτηριστικών και αρχών της δομής και λειτουργίας του σώματός του, μπορεί να προσεγγίσει επιστημονικά βαθύτερες αρχές, που διέπουν τη ζωή. Αυτό είναι σημαντικό γιατί το βοηθά σε μία λογική θεώρηση της φύσης, ενώ παράλληλα μπορεί ν' αποτελέσει για αυτό, την αρχή φιλοσοφικών προβληματισμών και αναζητήσεων (May 1967).*

*Το περιεχόμενο και οι ειδικότεροι στόχοι της Α. και Π.Υ. πρέπει να καθορίζονται ανάλογα με τις ανάγκες του πληθυσμού στον οποίο αναφέρεται καθώς και στις συνθήκες που διαμορφώνουν τις ανάγκες αυτές. Έτσι, το περιεχόμενο διαφέρει ανάλογα με την ηλικία, το μορφωτικό επίπεδο, τις συνθήκες διαβίωσης, το βαθμό έκθεσης σε βλαπτικούς παράγοντες κ.ά. (W.H.O. 1981).*

*Το περιεχόμενο της Α. και Π.Υ. πρέπει να είναι διαφορετικό σε Χώρες όπου υπάρχει μεγάλη εξάπλωση λοιμωδών νόσων συγκριτικά με τις ανεπτυγμένες βιομηχανικές Χώρες, όπου τα νοσήματα φθοράς είναι συχνότερα το αποτέλεσμα του σύγχρονου τρόπου ζωής και συνακόλουθο της βιομηχανικής ανάπτυξης (W.H.O. 1980). Σε πληθυσμούς όπου είναι διαδεδομένα το κάπνισμα, ο αλκοολισμός ή η χρήση ναρκωτικών, το περιεχόμενο της Α. και Π.Υ. πρέπει να προσανατολίζεται σ' αυτά ακριβώς (Βελονάκης 1984).*

*Η Α. και Π.Υ., ως διδακτική δραστηριότητα, επιστρατεύει συγκεκριμένα διδακτικά εργαλεία και μεθοδολογία:*

*Προσεγγίζεται ως ομάδα η σχολική τάξη, με όλα τα θετικά της ομαδοκεντρικής μεθόδου.*

Οι μαθητές ενσωματώνονται και λειτουργούν χωρίς να λαμβάνεται υπόψη η επίδοση, το φύλο, η κοινωνική προέλευση κ.λ.. Με αυτόν τον τρόπο αντιμετωπίζονται καλύτερα τα ψυχολογικά φαινόμενα (φόβος, άγχος, ανασφάλεια) και προωθούνται οι θετικές κοινωνικές σχέσεις (αλληλοσεβασμός, αποδοχή, συνεργασία, δικαίωμα της διαφοράς).

Καλλιεργείται η παιδαγωγική σχέση, η οποία αποτελεί πλαίσιο στήριξης και αποδοχής για τους μαθητές.

Δημιουργείται ένα κλίμα εμπιστοσύνης και ασφάλειας στην τάξη.

Η προσέγγιση των θεμάτων γίνεται με τη βιωματική μάθηση, που έχει επίκεντρο τα παιδιά, επιτρέποντάς τους να ερευνήσουν στάσεις, αξίες και πεποιθήσεις με ένα σίγουρο, μη απειλητικό τρόπο, ανταλλάσσοντας εμπειρίες και αντλώντας μέσα από τις εμπειρίες των άλλων.

Κυρίαρχος τρόπος επικοινωνίας είναι η ενεργητική ακρόαση.

Ο ρόλος του Εκπαιδευτικού πρέπει να είναι διαφορετικός και να επιζητείται η δημιουργία μίας άλλου επιπέδου σχέσης με τον μαθητή, διότι τα προγράμματα αυτά στηρίζονται σε νέες μεθόδους διδακτικής προσέγγισης, που ενθαρρύνουν τη συμμετοχή του μαθητή και ενισχύουν την ανάπτυξη κάποιων ικανοτήτων, όπως η εξαγωγή συμπερασμάτων αξιολόγησης των συνεπειών και η λήψη αποφάσεων.

Η επιμόρφωση των εκπαιδευτικών, και ιδιαίτερα των στελεχών της εκπαίδευσης, είναι επιβεβλημένη. Οι σύγχρονες συνθήκες και οι απαιτήσεις της εργασίας σε κάθε τομέα απαιτούν την ανάπτυξη νέων δυνατοτήτων και την ενίσχυση των εργαζομένων με περισσότερα εφόδια, ώστε να είναι αποτελεσματικοί στο χώρο της εργασίας τους και να συμβάλουν στην κάλυψη των ιδιαίτερων αναγκών τους, στον εκσυγχρονισμό του οργανισμού της εκπαίδευσης καθώς και στη δημιουργία υπεύθυνων πολιτών.

Μέσα από τα προγράμματα Α. και Π.Υ. ο Εκπαιδευτικός αλλάζει τον παραδοσιακό του ρόλο και μετατρέπεται σε συνεργάτη των μαθητών.

Ενδιαφέρεται για όλους χωρίς να κάνει διακρίσεις, έχοντας προσδοκίες από όλους και αξιοποιώντας ευκαιρίες για να αναπτύξουν όλοι αυτοεκτίμηση και να αποκτήσουν υπευθυνότητα.

Απελευθερώνει η φαντασία τους.

Δεν είναι «κολλημένος» στη διδακτέα ύλη και σέβεται τους εσωτερικούς ρυθμούς των μαθητών του.

Είναι συντονιστής και όχι μοναδικός πομπός γνώσης.

Συνεργάζεται καλύτερα με τους συναδέλφους του.

Αναζητεί νέους συνεργάτες.

«Βγάζει» το σχολείο «προς τα έξω».

Μερικοί από τους βασικούς άξονες των προγραμμάτων Α. και Π.Υ. είναι:

Διαπροσωπικές σχέσεις - Ψυχική Υγεία (Ο εαυτός μου, Η σχέση μου με τους άλλους, Η σχέση μου με το περιβάλλον).

Αυτοεκτίμηση, ατομική ταυτότητα, συναισθήματα, ενεργητική ακρόαση, κοινωνικός αποκλεισμός (Ισες ευκαιρίες, ισότητα των δύο φύλων, ρατσισμός, βία, αντιμετώπιση πένθους, αντιμετώπιση άγχους).

Σεξουαλική Αγωγή - Διαφυλικές σχέσεις (Σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, - AIDS, Ηπατίτιδα Β- πρόληψη σεξουαλικής κακοποίησης, σεξουαλική παρενόχληση).

Η συστηματική εφαρμογή προγραμμάτων Α. και Π.Υ. στο σχολείο ενημερώνει και εκπαιδεύει τους μαθητές, αναπτύσσοντας τις δεξιότητές τους για την επιλογή υγιούς συμπεριφοράς, τον προσδιορισμό στόχων, την ιεράρχηση προτεραιοτήτων, τη συμμετοχή σε συγκεκριμένες δραστηριότητες, που βελτιώνουν την ανθρώπινη επικοινωνία και τη σχέση με το περιβάλλον. Ο κάθε μαθητής μαθαίνει να αναγνωρίζει τις συνέπειες καθημερινών πράξεων, αποφάσεων και συμπεριφορών, που μπορεί να επιφέρουν ανεπιθύμητες αλλαγές στην ατομική και συλλογική υγεία (Σώκου 1993).