

1900



ПАСТЕРОВ ЗАВОД

КОМУНИКАЦИЈА У ПРЕВЕНЦИЈИ ПУШЕЊА ДУВАНА У ШКОЛАМА

Применом следећих препорука у здравствено васпитном раду у школи обезбеђујете да ваша настојања у превенцији употребе дувана буду успешна:

1. Здравствено васпитање се не односи ...

... само на едукацију - односно, преношење знања, већ је шири појам који подразумева и мотивисање ученика да научено разумеју, прихвате и пренесу у свакодневни живот.

Просветни професионалац који спроводи здравствено-васпитни рад треба да развија и поседује сензибилитет за ставове, веровања, понашање и културне обрасце везане за пушење међу ученицима који доминантно карактеришу ту популацију.

Приступ просветног професионалца подразумева моделовање и надограђивање ставова са циљем изазивања промена у ставовима и веровањима ученика. Тиме се стиже до дугорочног усвајања здравих облика понашања и њиховог превођења у свакодневни живот.

НЕ ТРЕБА ПОПОВАТИ ВЕЋ СТИМУЛИСАТИ!

2. Здравствено васпитање подразумева...

...двосмерну комуникацију, размену информација, равноправност и толеранцију.

Просветни професионалац који спроводи здравствено васпитање у школи треба да створи толерантну атмосферу за отворену и досмерну комуникацију где је лако изнети свој став, поделити искуство и/или поставити питање.

Здравствени васпитач током разговора користи само проверене информације, базиране на научним доказима и са ученицима искрено и темељито разматра све особености проблема пушења међу младима.

Поверење које се током разговора успоставља са ученицима доприноси лакшем усвајању препорука и мотивише на промену нежељених облика понашања.

ИМАЈТЕ У ВИДУ ДА НИКАДА НЕ НАМЕЋЕТЕ СВОЈЕ МИШЉЕЊЕ ИЛИ БУДЕТЕ ДИРЕКТИВНИ!

ОДЛУКУ ЋЕ ИПАК ДОНЕТИ САМ УЧЕНИК!

3. У разговору са ученицима треба раздвојити битно од...

...небитног, поентирати и понављати најважније, дакле истаћи оно најпотребније и најважније. Будите добро информисани и потковани знањем и валидним чињеницама.

Просветни професионалац током спровођења здравствено васпитног рада свој стил говорења и терминологију прилагођава културно-образовним карактеристикама ученика.

Не треба ученике затрпавати детаљима научних истраживања, стручним терминима и компликованим објашњењима, јер циљ здравствено-васпитног рада није засењивање ученика нашим знањем већ да они усвоје жељени облик понашања тако што ће нас пре свега добро разумети.

ПАЖЉИВО СЛУШАЈТЕ УЧЕНИКЕ ДА БИСТЕ РАЗУМЕЛИ ПРОБЛЕМ. ТАКО ЋЕТЕ БИТИ У МОГУЋНОСТИ ДА ПОНУДИТЕ МОГУЋА РЕШЕЊА.

4. У здравствено-васпитном раду са ученицима будите...

...увек доследни и докажете да оно шта говорите има везе и са вашим понашањем. Уколико дате контрадикторне информације или се понашате супротно од онога шта говорите, изгубићете поверење ученика и тиме неће бити остварен крајњи циљ.

Са колегама усагласите ставове и приступе како не би збуњивали ученике. Комплетна школска средина (од управе школе па до помоћних радника) мора да дели исте ставове када је у питању пушење дувана. Помозите ученицима да исправно тумаче поруке које потичу из различитих извора. Тако ћемо спречити настанак конфузије и улазак у свет конзумирања дувана.

НЕ БУДИТЕ ИЗВОР ОПРЕЧНИХ ИНФОРМАЦИЈА!

АКО ГОВОРите НА ЈЕДАН А ПОНАШАТЕ СЕ НА ДРУГИ НАЧИН, ГУБИТЕ КОМПЕТЕНТНОСТ А ТЕМА ПУШЕЊА СЕ ПЕРЦИПИРА КАО НЕОЗБИЉНА!

ИСТЕ ВРЕДНОСТИ У ВЕЗИ ПУШЕЊА ТРЕБА ДА ЗАСТУПА СВО ШКОЛСКО ОСОБЉЕ!



5. **Направите добру селекцију на који вид понашања код ученика треба утицати и како. Подржите и похвалите добро и корисно понашање ученика јер похвале мотивишу и учвршћују жељени облик понашања.**

Научите да препознате облике понашања који су карактеристика узраста ученика и који се том чињеницом могу боље разумети и оправдати.

У случају препознатих других штетних облика понашања (употреба алкохола, употреба психоактивних супстанци, неадекватна исхрана, физичка неактивност...) треба дати простора и дискутовању о тим темама.

НЕ КРИТИКУЈТЕ СТАВОВЕ И ВЕРОВАЊА УЧЕНИКА ВЕЋ ПОКУШАЈТЕ ДА РАЗУМЕТЕ И МОТИВИШЕТЕ!

Кад год сте у могућности, разговор употпуните...

6. **... употребом дигиталних медија (телевизија, интернет, мобилна телефонија) и апликација (Youtube, Viber, Instagram, Tik Tok и слично) како бисте ученицима учинили доступним и атрактивним различите корисне информације у вези штетности употребе дувана.**

Препоручљиво је да са ученицима заједно погледате напр. видео материјал са Youtube канала или неки Tik Tok клип, да о њему отворено дискутујете и да помогнете у његовом правилном тумачењу.

Искористите прилику да ученицима скренете пажњу на значај опрезног избора извора информација на друштвеним мрежама због велике доступности нетачног, ненаучног и обмањујућег садржаја.

Све наведене апликације ученици могу уз вашу подршку и адекватну мотивацију да користе у промоцији здравих избора али на начин који је њиховим вршњацима атрактиван и забаван.

АУДИО-ВИЗУЕЛНЕ ПОРУКЕ АКТИВАЦИЈОМ ВИШЕ ЧУЛА ОСТАВЉАЈУ ТРАЈНИЈИ ЕФЕКАТ НА ПОНАШАЊЕ ЉУДИ!



7. У зависности од особености појединих ученика или читаве групе...

...изаберите најадекватнији модел здравствено-васпитног рада. Корисно је са ученицима пре почетка рада продискутовати на који начин би волели да буду спроведене заједничке активности (методе и садржаји).

Избегавајте предавања јер слушаоце (ученике) ставља у пасивну улогу и не даје увид предавачу да ли ће и у којој мери бити усвојено оно шта је било тема предавања.

Групни рад је идеалан приступ за школску средину. Овде је јака препорука на стимулацији креативности ученика у процесима учења о здрављу, демонстрацији животних ситуација, игрању улога и размени позитивних искуства, заједничком тражењу решења и слично.

Будући да ученици добро владају дигиталним медијима пожељно је обилато користити ове медије у здравствено-васпитном раду.

Садржаји здравствено-васпитног рада у вези пушења али свих других актуелних тема могу бити предмет како наставних тако и ваннаставних активности.

УВЕК ДАЈТЕ ПРЕДНОСТ ИНТЕРАКТИВНИМ МЕТОДАМА!

8. Препознајте и придобијте лидере међу ученицима за здравствено-васпитне програме јер...

... тиме обезбеђујете да програми буду добро прихваћени од стране већине ученика.

Препознајте лидере у одељењу, генерацији, школи те посебно место дајте њиховој мотивацији да активно учествују у здравствено-васпитним програмима. Лидери обично не морају да буду најбољи ђаци, већ то често буду ученици који су по другим карактеристикама својим вршњацима интересантни. Не заборавите да је у узрасту ученика важно бити најбољи у стварима које одраслима нису важне или на њих гледају негативно (специфично облачење, пирсинг, "мангупско" понашање, необични хобији и интересовања итд).

Лидерима додељујте улоге на различитим нивоима од креирања, реализације активности и њихове презентације у групи вршњака.

ЛИДЕРЕ НЕ БИРАЈТЕ ПО ВАШИМ АФИНИТЕТИМА! ОНИ СУ ВЕЋ ПРЕПОЗНАТИ ОД ВРШЊАКА! ТРЕБА ИХ ПРИДОБИТИ И ДАТИ МОГУЋНОСТ ДА БУДУ ЛИДЕРИ И У ЗДРАВСТВЕНО-ВАСПИТНИМ ПРОГРАМИМА!

НАРАВНО ПОЗИЦИЈЕ ЛИДЕРА У ЗДРАВСТВЕНО-ВАСПИТНИМ ПРОГРАМИМА МОРАЈУ БИТИ ОТВОРЕНЕ И ЗА СВЕ ОСТАЛЕ ПРОАКТИВНЕ УЧЕНИКЕ!

9. Да би здравствено-васпитна интервенција у школи имала очекивани ефекат она не сме бити успутна или ad hoc активност зато...

... здравствено-васпитне активности треба пажљиво планирати.

Као и код било ког другог планирања, потребно је претходно урадити анализу ситуације, анализу особености популације ученика (знања, ставови, понашање, културне карактеристике и слично) као и анализу доступних ресурса и могуће партнере у заједници (здравствене организације, организације цивилног друштва, удружења грађана...). У односу на тако добијене податке изаберите најдаекватније методе, садржаје, начине праћења и евалуирања реализованог програма.

РЕАЛИЗАЦИЈОМ АКТИВНОСТИ БЕЗ ПРЕТХОДНЕ ДОБРЕ АНАЛИЗЕ И ПЛАНА РИЗИКУЈЕТЕ ДА УЧЕНИКЕ ОДБИЈЕТЕ ОД ЖЕЉЕНОГ ОБЛИКА ПОНАШАЊА.

10. Здравствено-васпитни рад треба спроводити стрпљиво и постепено не очекујући брзе ефекте јер...

... оно шта је здравственом васпитачу добро познато, ученицима може бити тешко за усвајање у кратком временском периоду.

Пре спроведених здравствено-васпитних програма у школи направите редослед приоритета, односно оно шта очекујете да ученици усвоје након сваке активности.

При сваком сурету са ученицима прво направите ретроспективу претходних активности и проверите да ли су и како ученици усвојили садржаје из тог дела здравствено-васпитног програма. Не идите даље уколико препознате постојање наразјашњених садржаја из претходно спроведеног рада.

ДО ПРОМЕНЕ ПОНАШАЊА И УСВАЈАЊА ЖЕЉЕНОГ ОБЛИКА ПОНАШАЊА ДОЛАЗИ СЕ ПОСТЕПЕНО КРОЗ МАЛЕ "УСПЕХЕ"!



11. За активан живот концепта "ШКОЛА БЕЗ ДУВАНА"...

... на свим местима у школском простору и околини школе, иста правила морају важити не само ученике већ и за све наставнике и школско особље.

У том смислу просветни радници и сви запослени у школи морају да креирају прво своје понашање у правцу не пушења дувана, подршци колегама и родитељима пушачима за престанак пушења (похађање здравствених програма и курсева за престанак пушења), да школа јавно наступа у заједници као место без дуванског дима, да мобилише локалну заједницу у правцу контроле употребе дувана на јавним местима, као и да школа јасно истиче у својим својим презентацијама да је место без дувана.

Придобијте локалне политичке лидере и носиоце власти за подршку вашим настојањима у области контроле дувана.

ИМАЈТЕ У ВИДУ ДА ПРОСВЕТНИ ПРОФЕСИОНАЛАЦ СВОЈУ ОБРАЗОВНО-ВАСПИТНУ УЛОГУ НЕ ОСТВАРУЈЕ САМО У ШКОЛИ ВЕЋ И У СВИМ ДРУГИМ СИТУАЦИЈАМА!

