

# ŠOLA KOT POMEMBEN DEJAVNIK VZGOJE NEKADILSKIH GENERACIJ

*Fani Čeh*

## UVOD

Že več kot pol stoletja imamo dokaze, da tobak ogroža zdravje. Vedno znova v različnih raziskavah dokazujejo, kako škodljiva je uporaba tobaka oziroma kako škodljivo je kajenje. Uporaba je dosegla razsežnost globalne epidemije, saj je kajenje tobaka vzrok za smrt blizu 10.000 ljudi vsak dan .

Kljub temu vsak dan na tisoče mladih deklet in fantov po vsem svetu in tudi pri nas poskuša svojo prvo cigareto, kar pogosto vodi v življenjsko odvisnost ali prezgodnjo smrt. Veliko je dokazov o tveganju pasivnega kajenja, pa še vedno dopuščamo, da naši otroci rastejo v ozračju tobačnega dima.

Ne pozabimo, da je cilj vsake sodobne države in napredne družbe krepitev zdravja prebivalcev. Da bomo lahko to dosegli, moramo začeti varovati zdravje otrok. Pri tem ima družina odločilno vlogo, takoj za njo pa še druga otrokova življenjska okolja, kot so vrtec, šola, skupina vrstnikov, dejavnosti v prostem času, strokovne službe in soseščina.

Govoriti o vlogi šole, ki tako korenito posega v življenje vsakega posameznika, je zagotovo izjemnega pomena. Skozi šolska vrata v nekem obdobju vstopajo cele generacije otrok (fantov in deklet) in tukaj se dnevno srečujejo za vzgojo in izobraževanje ter promocijo zdravja tako pomembni partnerji, kot so učenci, učitelji in starši. Vsi in vsak posameznik prinaša v to okolje nekaj svojega, enkratnega in ko se to združi v razrednem in šolskem okolju, se začenja specifično šolsko življenje , vpeto v okolje in širšo družbeno skupnost.

## PROGRAMI PREPREČEVANJA KAJENJA V PROGRAMU OSNOVNE ŠOLE

Vloga osnovne šole izhaja iz formalnih in vsebinskih značilnosti njenega delovanja : vsi otroci so po zakonu dolžni obiskovati osnovno šolo; šolski sistem je najbolj obvezujoč sistem, saj nihče ni oproščen osnovnošolske obveznosti, razen najhuje duševno in zdravstveno prizadetih otrok; vsak otrok preživi v šoli vsaj osem oziroma devet let; šolar preživi v šoli ali pri delu za šolo več kot polovico dejavnih ur dneva; za otroka je šola fizični in socialni življenjski prostor s številnimi izredno pomembnimi odnosi in dogajanja. Osnovna šola je največja učna delavnica v državi in v Sloveniji zaposluje celo generacijo ( trenutno okoli 23.000 otrok); šola je otrokovo prvo delovno mesto, ki ga osem ali devet let in več ne more zamenjati; tukaj dobi otrok tudi sistemsko priznan predznak svojih kvalitét in slabosti; oceno uspešnosti ali neuspešnosti, pa tudi oceno osebnostnih lastnosti, vrlin, napak in motenj.

Šola je vzgojno izobraževalna organizacija in se program preprečevanja kajenja izvaja pri pouku posameznih predmetov, v oblikah naravoslovnih dejavnosti, projektnega šolskega učnega dela in pri razrednih urah. Cilj tega šolskega programa je primarna preventiva, torej pri mladih doseči, da se bodo zavestno odločali za zdrav življenjski slog, torej ostali in postali nekadilka, nekadilec. Gradi pa tudi na sprejemanju odločitev za krepitev zdravja. Program je pripravljen v obliki kroskurikularnih tem in ga izvajajo učitelji in zunanji izvajalci. Vsebina programa je zapisana v tematskih sklopih, ki so prepleteni z prednostmi nekajenja in posledicami kajenja, in učenjem, kako in zakaj reči odločen ne prvi cigareti. Za lažje delo učiteljev in zunanjih svetovalcev imamo nekaj priročnikov, ki so namenjeni za pomoč pri pripravi na pouk. Lahko trdim, da se na šolah izvajajo programi, da je zbranih veliko podatkov o vedenju šolske populacije, in da poznamo številne med seboj povezane dejavnike, zaradi katerih mladi začnejo kaditi, in je prav zato samo šolsko delo, ki mu je za zdravstveno vzgojo namenjenih le nekaj ur, premalo, da bi lahko pričakovali pri mladih spremembe v vedenju in odločanju v zvezi s tobakom. Dolgoletne raziskave vzrokov, zaradih katerih začnejo mladi kaditi, kažejo na: visoko stopnjo družbene sprejemljivosti tobačnih izdelkov, izpostavljenost in dovzetnost za učinke tobačnega trženja, lahek dostop do tobačnih izdelkov, zgled staršev in drugih odraslih ter vpliv vrstnikov. Prav zaradi teh prepletajočih dejavnikov tveganja, ki so jim izpostavljeni, in zaradi katerih mladi začnejo kaditi, kažejo podatki v raziskavi ESPAD ( Raziskava o alkoholu, tobaku in preostalih drogah med šolsko mladino), v kateri je sodeloval Inštitut za varovanje zdravja za našo državo, na očiten porast števila kadilcev med mladimi. Četrtnina anketirancev (25 % ), ki so leta 1999 odgovorili, da so že kadili cigarete, je pokadila prvo cigareto pri 11. letih ali manj ( leta 1995 pa 30,2 % ). Pri 12. letih je pokadilo prvo cigareto 13 % anketiranih, pri 13. letih 19 %, pri štirinajstih skoraj četrtnina (24 % ), pri 15. letih pa že 19 %. Ugotovili so statistično značilne razlike po spolu, in sicer je več fantov kot deklet pokadilo prvo cigareto pri 11. letih ali manj in pri 12. letih. Dekleta pa so pogosteje odgovorila, da še nikoli niso kadile oziroma so prvo cigareto pokadile pri 13., 14. ali 15. letih. Ko je potekalo anketiranje leta 1999, se je za redne kadilce označilo kar 27 % vseh anketiranih 15. letnikov ( leta 1995 17,8 % ). Torej rezultati kažejo na očiten porast kajenja med mladimi. To pa zahteva od vseh, ki se ukvarjajo z vzgojo in izobraževanjem, zdravstveno vzgojo in promocijo zdravja, da ob upoštevanju tobačne zakonodaje, posodobimo šolske preventivne programe s sistematično vzgojo za zdravje in poskrbimo za družbeno podprte in načrtovane preventivne akcije, ki bodo namenjene družinam, šolam in lokalnim skupnostim, in ki bodo medijsko podprte spodbujale nekajenje. Pri tem so pomembni didaktično-metodični pristopi, ki vključujejo učenje tehnik za obvladovanje stresa, krepitev samospoštovanja, druženja brez pomagala, učenje urjenja in spretnosti, da se bodo znali ukloniti pritisku vrstnikov, razjasnjevanje vrednot, kot so zdravje, življenje, poštenje, prijateljstvo, medsebojna pomoč, zaobljubljanje proti drogam in učenje za zastavljanje in doseganje ciljev ter kulturo dialoga.

## OMOGOČIMO OTROKOM, DA BI LAHKO ODRAŠČALI BREZ CIGARET

V naši državi so nujni določeni ukrepi, saj se je pokazalo, da je sprejetje zakonodaje in nesistematična vzgoja mladih za odločanje za nekajenje, premalo. Zavedanje, da se otroci nikoli ne odločajo kar sami, da bi začeli kaditi in da je vpliv okolja, na katerega močno vplivajo politika, tobačna industrija in mediji, nanje odločilen, je odločitev za sistematično vzgojo v šoli, skupaj s starši, in upoštevanje pravil in predpisov glede prodaje in uporabe tobaka v državi nujno. Brez skupne odgovornosti družine in družbe za zdravje mladih ne moremo pričakovati, da se bodo mladi odločno uprli prvi ponujeni cigareti. Pri programu Podpisovanja slovesne obljube, ki poteka med učenci 6., 7. in 8. razredov na osnovnih šolah že šesto leto, je bilo v anketi eno izmed vprašanj: Kaj predlagate, da bi mladim pomagalo, da ne bi kadili? Učenci so nanj odgovorili: (citiram njihove odgovore) :

- Ukinite reklame, ki vabijo in nagovarjajo mlade.
- Morali bi ukiniti tovarne cigaret in uvoz tobaka v Slovenijo.
- Prepovedati bi morali prodajo cigaret v trgovinah.
- Morali bi prepovedati kajenje na vseh javnih mestih.
- Zvišati bi morali ceno cigaret.
- Cigarete naj bi prodajali le tistim, ki so stari nad 30 let.
- Več bi morali govoriti o posledicah kajenja.
- Starši bi morali sami hoditi v trgovino po cigarete.
- Na televiziji bi morali prikazati več oddaj o življenju nekadilcev.
- V šoli bi se morali več pogovarjati o učinkih tobaka na zdravje.
- Mladi bi morali imeti več možnosti za pogovore.

Vemo, da si mladi pridobijo in utrdijo navade in razvade v otroštvu in mladostništvu. Šele z načrtovano, sistematično vzgojo in vzgojo za nekajenje, podkrepjeno z znanjem, veščinami, stališči in zgledi, bodo mladi razumeli in verjeli, da tobak škoduje, ogroža zdravje in vodi v prezgodnjo smrt. Le tako ne bodo nasedali obljubam, zavitim v tobačni dim.

Razvite države, ki so uspele zmanjšati kajenje med mladimi, priporočajo uporabo vzgojnih preprečevalnih strategij, ki morajo biti celostno načrtovane in usmerjene v pridobivanje znanja, v učenje veščin in stališč v zvezi s tobakom. Usmerjene morajo biti k vsakemu otroku in mladostniku, k vrstnikom v skupino, vključevati morajo starše, upoštevati jih morajo šole in še posebej učitelji, da bodo znali prepoznati znake vedenjskih motenj pri mladih, še posebej eksperimentiranje s tobakom, ter pri tem ustrezno ukrepali. Poudariti je treba, da morajo učitelji dobro obvladati vse spretnosti, ki jih zahteva izvedba tega preventivnega programa za določeno ciljno skupino učenk in učencev. Velik poudarek je tudi na medijih, priporoča se specializacija novinarjev za delo v množično medijskih programih in pri tem je odgovornost zakonodajalca in drugega nadzora nad oglaševanjem, prodajo in ponudbo tobaka v državi nujna.

Ob tem se zastavlja vprašanje, kako naj mladi izberejo pravo pot v nekajenje, ko nam na vzgojnoizobraževalnem področju manjka še veliko povezovalnih členov, da bi lahko bili uspešni.

## **ZAKLJUČEK**

Učinkovitost šolskih izobraževalnih programov, ki imajo za cilj preprečevanje začetka kajenja, se bo povečala tudi v naši državi takrat, ko bo vzgoja za zdravje sistematično uvedena v šolske programe, ko jih bodo dopolnjevali tudi zunanji izvajalci v času izven šolskega dela, ko bo družina sprejela pomembno odgovornost v zvezi z zdravjem in vzgojo svojih otrok, in ko bo država podprla delovanje široko zastavljenih programov za mlade. Vsi ti programi morajo biti načrtovani tako, da bodo imeli mladi občutek, da so pomembni in da imamo odrasli za njih vedno čas.

## **VIRI:**

1. Svetovna zdravstvena organizacija - Svetovni dan brez tobaka. Zdrav var 2000; 32; 107-111.
2. Joice Ruth. A basis for primary and secondary schools to work. London, 1995.