

# Óvodai dohányzás megelőzési program

## A program céljai

Az óvodáskorú gyermek aktív befogadója a világnak. Egyetlen gyermek sem kerülheti el, hogy részesedjen az őt körülvevő ingerekből. Felfedezi a világot, kérdez-felel, megfigyel, kipróbál és folyamatosan tapasztal. Utánzással sajátítja el a különböző viselkedésformákat, függetlenül attól, hogy azok pozitív vagy negatív értéknek felelnek meg. Így a mások által produkált mintákat reprodukálja, s ezzel új viselkedési módokra tesz szert. Az utánzás hatóköre nagyobb, mint ami látszik, mert van az úgynevezett késleltetett utánzás is, amikor az egyén látszólag passzív, később azonban követi a kapott mintát. A jutalmazó megerősítés az utánzást különösképpen fokozza.

Ilyen minták megjelenhetnek nem csak valóságosan, hanem képi formában is, ezért érdemes megvizsgálni, hogy a mindennapi életben – a rajzfilmek, a TV sorozatok hősei, a reklámok - milyen azonosulási mintákat kínálnak a gyermekek számára. E közvetlen és különböző közvetett negatív hatások ellen ellenpólust kell nyújtanunk. Igen nagy mértékben meghatározza az utánzás tárgyát és forrását az, amit a gyermekek otthon látnak, tanulnak, valamint azok a személyek, akikkel leggyakrabban találkoznak, és akikhez érzelmileg kötődnek. Mivel közös mozzanat minden azonosulásnál - identifikációnál - az érzelmi kapcsolat, ezért lényeges, hogy a kisgyermek a közvetlen környezetében dohányzást elutasító magatartásmintákkal találkozhasson, illetve, hogy ezek a források a dohányzást ellenszenvesnek találják (de nem a dohányzó embert).

A fentiek alapján joggal állíthatjuk, hogy a dohányzással kapcsolatos vélemény, értékrend formálása már óvodáskorban is időszerű.

Az egészséges életmódra nevelés megjelenik a családban és az óvodában, közvetett és közvetlen formában. Alapvető viselkedésminták bevéssődnek, természetesen a dohányzással kapcsolatosan is. A megelőzés egyik leghatékonyabb formája, hogy a gyermekek olyan információ birtokába jussanak, amelyek alapján a dohányzást helytelenítő attitűd alakulhat ki.

Az egészséges életmód kialakulásának nélkülözhetetlen feltétele, hogy a gyermek ismerje azokat a káros hatásokat, melyeket később figyelembe tud venni a dohányzásra ösztönző befolyásokkal szemben.

A program kidolgozásának legfőbb szempontja volt, hogy a gyermekek életkori sajátosságait figyelembe véve, egy olyan óvodapedagógiai anyag készüljön, melynek segítségével sikeresen lehet információt átadni és magatartást formálni a dohányzással kapcsolatban. A program - mely az 5-6-7 éves korú gyermekek életkori sajátosságainak megfelelő - egyben "közvetítő közeg" is a gyermekek, óvodapedagógusok, védőnő és a szülők között. Az éves nevelési tervbe beépítve ajánlott, folyamatos feldolgozása az ismeretek elmélyülését segíti elő.

A dohányzással kapcsolatos ismeretek bővítése, a témával összefüggésbe hozható fogalmak tisztázása, az ok-okozati tényezők feltárása úgy válhatnak hatékonyvá, ha a gyermek életkori sajátosságainak megfelelő játékos formát öltenek. Szintén a hatékonyságot növelheti a "Csiszta

mókus négy élete" című mese. A program megvalósítása az óvodapedagógus, a gyermekek, és a szülők kölcsönös együttműködését igényli.

Állandóan szem előtt - és tiszteletben tartva azt a tényt, hogy minden embernek joga van önállóan dönteni életmódjáról és saját felelősségére választani életvezetési szokásokat, el kell fogadni, hogy a kiegészítő program eredményességét nagymértékben befolyásolja, ha az óvodapedagógus, aki irányítja azt, dohányzik a gyermekek jelenlétében.

Óvodáskorban a magatartás megnyilvánulásaiban, a tevékenységekben meghatározó szerepet töltenek be az érzelmek. Átiszövik a gyermekek életét és sajátos motivációként alakítják viselkedésüket. A magasabb rendű érzelmek a gyermekek tapasztalatai során alakulhatnak ki. Ezért fejlődésükben meghatározó a családban a szülők szerepe, az óvodában az óvodapedagógus jelzései, hatásai, mintája, amelyek az erős érzelmi kötődés alapján, jelentős szerepet tölthetnek be a gyermek személyiségének formálásában, s a dohányzással kapcsolatos attitűd alakulásában is. A kortársak és az óvoda dolgozói jelzéseikkel, értékeléseikkel alakítják a gyermek önmagáról kialakított képét. Megtanulja megismerni önmagát, az együttélés szabályait, a társas életben elvárt viselkedésmódokat. A gyermek és a nevelő között létrejövő érzelmi kapcsolat minősége befolyásolja szociális érzékenységét és a szeretett felnőtt mintájának követésére ösztönzi. Míg az óvodáskorban a modellválasztás legfőbb indítéka a szeretet, úgy később a kortársak szociális vonzereje készlet mintakövetésre. A fejlődést támogató óvodapedagógus átgondolt, a gyermekekre figyelő nevelő munkájával befolyásolhatja a folyamatot.

Az óvodai nevelés feladatai között szerepel az óvodáskorú gyermekek egészséges életmódra nevelése, hiszen az egészséges életvitel igényének alakítása ebben az életkorban kiemelt jelentőségű.

A DOHÁNYZÁS VAGY EGÉSZSÉG kiegészítő óvodai program speciális prevenciós nevelési feladatot vállal fel e korai életszakaszban. Nevezetesen az óvodáskorú gyermekek egészségének védelmét tűztük ki célul, mely a dohányzás megelőzésére, a káros szenvedély kialakulása ellen irányul.

A program alkalmat teremt arra, hogy elindulhasson a dohányzás káros hatásainak érzékeltetése. Segíti a gyermekeket abban, hogy ne elszenvedői legyenek a passzív dohányzásnak, hanem aktívan fel tudjanak lépni ellene. Tisztázza a meglévő fogalmakat és kiegészíti újakkal, eltérő kapcsolatba (kontextusba) helyezvén azokat. Felhívja a szülők figyelmét arra, hogy a gyermek szociális, társas környezetének kötelessége megóvni a felnövekvő nemzedéket a destruktív viselkedésmódoktól - amilyen az alkoholizmus, dohányzás, kábítószer fogyasztása.

A gyermekhez, mint egyedi, mással nem helyettesíthető individuumokhoz és szociális lényekhez, az életkori sajátosságok, az egyéni különbségek ismeretében közelít.

Figyelembe veszi az érés sajátos törvényszerűségeit és azt, hogy a spontán és tervszerűen alkalmazott környezeti hatások együttesen határozzák meg a gyermekek fejlődő személyiségét, különös tekintettel arra, hogy a gyermeket körülvevő személyi és tárgyi környezet szerepe meghatározó.

## A program feladatai

- Az egyéni ismeretek feltérképezése a dohányzással kapcsolatosan.
- Az életkori sajátosságoknak megfelelő szintű információk átadása a témában.
- Az egészséges életmód választását megkönnyítő, dohányzással kapcsolatos attitűd formálása.
- A passzív dohányzás kényszere elleni, aktív fellépés kialakítására törekvés.

Mint már említettük, az egészséges életmódra nevelés megjelenik a családban és az óvodában, közvetett és közvetlen formában. Alapvető viselkedésminták bevésődnek, természetesen a dohányzással kapcsolatosan is.

A megelőzés egyik leghatékonyabb formája, hogy a gyermekek olyan információk birtokába jussanak, amelyek alapján a dohányzást helytelenítő attitűd alakulhat ki.

Az egészséges életmód kialakulásának nélkülözhetetlen feltétele, hogy a gyermek ismerje azokat a káros hatásokat, amelyeket később figyelembe tud venni a dohányzásra ösztönző befolyásokkal szemben.

Az Óvodai nevelés országos alapprogramja tartalmazza azokat az általános pszichológiai, pedagógiai elveket, amelyeket a gyermek érdekében érvényesíteni kell. A kiegészítő program sajátosságait a célokból, feladatokból adódó nevelési hangsúlyok adják. A sokféle családi értékrend figyelembevételével, kiegészítésével igyekszik felkészíteni a gyermekeket az együttműködésre, választásokra és döntésekre. A családok bevonása, a szülőkkel való együttműködés kiemelt jelentőséggel bír az eredményesség szempontjából.

A részprogram 5-6-7 éves gyermekek életkori sajátosságaira épül. A fejlesztési időszak végére, a gyermekek várhatóan megfelelő ismeretekre tesznek szert a dohányzással kapcsolatosan, s ezek az ismeretek kedvezően befolyásolhatják későbbi döntéseiket. Az ismeretek folyamatos bővítése, a témához kapcsolódó fogalmak tisztázása, valamint az ok-okozati tényezők feltárása segíthetik a gyermeket a dohányzást helytelenítő attitűd kialakításában.

Ahhoz, hogy a gyermek a megszerzett új ismeretek révén ne kerüljön számára feldolgozhatatlannak, megoldhatatlannak tűnő konfliktusba, nagyon lényeges, hogy a szülők is értesüljenek a gyermekek felé eljuttatott információkról. A programnak nem célja a szülők (más családtagok, s általában a felnőttek) "leszoktatása" a dohányzásról, ezzel szemben számítani kell rá, hogy a gyermekek valamilyen formában hatással lesznek az őket körülvevő felnőttek dohányzási szokásaira. Sok esetben kedvezően befolyásolják a szülők bizonytalan "leszokási szándékát", támogatásuk, biztatásuk, megértésük ösztönzőleg hathat a felnőttek elhatározására, kitartására.

Arra törekszünk, hogy a fejlesztési időszak végére, megfelelő pedagógiai ráhatással, kialakuljon a gyermekekben a passzív dohányzás elleni aktív fellépés igénye.

## A DOHÁNYZÁS VAGY EGÉSZSÉG KIEGÉSZÍTŐ ÓVODAI PROGRAM NEVELÉSI TERÜLETEI, TARTALMI KIBONTÁSA

A gyermek megismerési folyamatait hiányos tapasztalatai, a világról való szaggatott, hézagos tudása jellemzi. Az 5-6-7 éves gyermekeknek a valóságról viszonylag megfelelő ismeretei vannak, s ezt a figyelemreméltó ismeretanyagot mozgósítani is képesek. A gyermek tudását az őt körülvevő világ gazdagítja. Ebben a korban sokkal inkább a helyzetéből, élményeiből, tapasztalataiból táplálkozó, érzelmekkel (indulatokkal is) átitatott jelentésmegértés vezérli a tájékozódást. A legtöbb információhoz az "aktuális élmény" segítségével juthat, egyéni, érzéletes tapasztalással. A dohányzással kapcsolatos meglévő ismeretek feldolgozása, bővítése, a témával kapcsolatos fogalmak tisztázása is csak úgy válhat hatékonyvá, ha a megvalósulást segítő tevékenységek a gyermek életkori sajátosságainak megfelelően játékos formát öltenek.

Az ajánlott témakörök feldolgozása lehetővé teszi a dohányzással összefüggésbe hozható fogalmak tisztázását és olyan ok-okozati tényezők feltárását, amelyek a későbbi viselkedést nagymértékben befolyásolhatják. A gyermek többek között olyan ismereteket sajátít el, mint a kellemetlen érzetek, egészségkárosító hatások, mások zavarása és a dohányzásra való rászokás. Ezek a prevenció fontos részei.

A program (feladataiból adódóan) az óvodai nevelés feladatai közül kiemelten foglalkozik AZ EGÉSZSÉGES ÉLETMÓD ALAKÍTÁSÁVAL (pontosabban annak egy speciális területével), de érintőlegesen hatással van az óvodai nevelés minden területére (érzelmi nevelés, szocializáció, értelmi fejlesztés). Ennek mértéke függ a gyermekek fejlettségi mutatóitól, érdeklődésétől és a pedagógus hozzáállásától a megvalósítást illetően.

Az egészség - óvodás korban is - szomatikus, pszichikus és szociális elégedettséget, harmóniát jelent. Az egészségnevelés a fő feladatait, tevékenységeit illetően követi az egészség - fogalomban meghatározott területeket, így kiterjed:

- a testi (szomatikus) egészség védelmére
- a lelki (pszichés) egészség védelmére, a pszichohigiénére
- a szociális, társadalomegészség védelmére

A Dohányzás vagy Egészség kiegészítő program érintheti az egészségfejlesztés teljes feladatrendszerét (ennek mértéke az óvodapedagógustól függ), de kiemelt jelentőséggel foglalkozik a káros szenvedély megelőzésével.

Az óvodai élet minden tevékenységi formája színtere lehet a program megvalósításának (játék, művészeti tevékenységek, mozgás, a külső világ tevékeny megismerése, munka jellegű tevékenységek, tanulás).

A dohányzással kapcsolatos játékok során, a gyermek olyan szituációkat, szerepeket élhet meg, melyeket korábban még nem tapasztalt. A mese, a játékos tevékenységek mellett fontos jelentőséggel bírhatnak a beszélgetések, ahol a csoporttársak és az óvodapedagógus nemcsak saját, hanem egymás tevékenységére is reflektálhatnak.

## SZERVEZETI ÉS IDŐKERETEK, ÉRTÉKELÉS

A Dohányzás vagy Egészség kiegészítő óvodai program vegyes életkorú, részben osztott és osztott csoportokban egyaránt megvalósítható. Az életkori jellemzők ismeretében és az egyéni eltérésekre építve, az óvodapedagógus döntésétől függ a téma feldolgozása. Az óvodapedagógusok módszertani szabadságára épül a megvalósítást segítő játékok, tevékenységek és alkalmazott módszerek megválasztása is.

A témához kapcsolódó bizonyos tevékenységek, játékok a fiatalabb korosztály számára is vonzóvá tehetők. A témakörök teljes feldolgozása az 5-6-7 éves korosztály számára ajánlott (tekintettel a speciális témaválasztásra).

A program módszereiben, eszközeiben a korosztályhoz közeli, a gyermekek mindennapi életébe, tevékenységébe, napi -és heti rendjébe erőszakmentesen beépíthető.

A program hatékonyságának értékelése az esetleges továbbfejlesztés érdekében is hasznos lenne. A tevékenységek tervezése, megszervezése és a megvalósítása érdekében is hasznosnak bizonyulhat bevezetés előtt, valamint a végén feltérképezni a gyermekek dohányzással kapcsolatos ismereteit, attitűdjeit és a motivációs hátteret, amely a gyermeket utánzásra készítheti. A gyermekek rajzai, játéka és a beszélgetések során szerzett információk visszajelzések lehetnek a hatékonyságot illetően.

A meggyőződés és az alkalmazott módszerek sikerességét visszaigazolhatja a szülők bizalma, együttműködése, későbbiek során pedig a társadalom, a felnővekvő nemzedék.

Az óvodapedagógusok önállóságát hangsúlyozva, kiemeljük az önértékelés jelentőségét, hiszen így még pontosabb képet kaphatunk a hatékonyságot illetően. Az eredményesen megválasztott tevékenységek, játékok, módszerek alkalmazása során szerzett tapasztalatok összegzése, esetleges visszajelzése segíthetik a program továbbfejlesztését.

## KAPCSOLATOK

Az óvoda, mint intézmény komplex rendszer, amelynek minden összetevője kölcsönhatásban működik. A koncepciók a teljes rendszert érintik. Az óvoda nyitottsága, mint elv, befolyásolja az óvoda kapcsolatainak alakítását, a családotól az iskolával való együttműködésig.

A program megvalósítása nem igényel lényegesen más kapcsolatrendszert, mint ami az óvodák életében egyébként is megszokott. Fontos szempont viszont a team-ben dolgozók harmónikus együttműködése, a dohányzással kapcsolatos nézeteik egyeztetése.

A családtagokkal való kapcsolattartás kiemelt fontosságú a sikeres együttműködés szempontjából, hiszen a részprogram bevezetése nem képzelhető el a szülők jóváhagyása nélkül.

A családhoz közelítés jellemzői:

Az óvodapedagógus erősíti a szülő kötelességérzetét azzal, hogy hangsúlyozza a család pótolhatatlanságát. A szülő partner a nevelésben, akinek igényei lehetnek. A családtagokkal szemben nincsenek előítéletek.