

„SZERVEZETI HATÉKONYSÁG FEJLESZTÉSE AZ EGÉSZSÉGÜGYI ELLÁTÓRENDSZERBEN – TERÜLETI EGYÜTTMŰKÖDÉSEK KIALAKÍTÁSA” TÁMOP 6.2.5 B

KONFERENCIA AZ EGÉSZSÉGESEBB EGÉSZSÉGÜGYÉRT

2015 06 30

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

Egészség centrikus szolgáltatási szemlélet rendszer

Kardiovaszkuláris rizikócsökkentés az iskola-egészségügyben – betegségmenedzsment program megvalósítása

Prievara Dóra Katalin

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

A KARDIOVASZKULÁRIS BETEGSÉGEK FELNŐTTKORI KIALAKULÁSÁNAK MEGELŐZÉSÉRE CÉLZOTT ISKOLA EGÉSZSÉGÜGYI EGÉSZSÉGNEVELÉSI PROGRAM AZ ISKOLAVÉDŐNŐ ÉS PEDAGÓGUS EGYÜTTMŰKÖDÉSÉVEL, A SZÜLŐK BEVONÁSÁVAL

- 4 iskola 3. osztályában 6-10 gyermek részvételével 8 alkalmas, heti egyszeri egészségnevelő foglalkozás az iskolavédőnő és a tanító vezetésével, hallgatók bevonásával
- Délután 15-17 óra, 60-90 perces foglalkozás, gyermekek és szülők együtt



PROGRAM ALAKULÁSA



PROGRAMTERVEZÉS

- Témakörök?
- Alkalmak száma?
- Időtartam?
- Ki tartja a foglalkozásokat?
- Szakemberek bevonása:
 - Vizuális dizájn, orvos, védőnő, dietetikus, pszichológus, védőnő és orvostanhallgatók
- Etikai engedély: nem volt szükséges, mivel módszertani fejlesztés

TÉMAKÖRÖK ALAKULÁSA

- Egészséges táplálkozás: Piramis és bevásárlás, kedvenc étel 2-2 alkalom
- Mentálhigiénia: Érzelmi, testi, gondolati megközelítés, önértékelés
- Rizikófaktorok: Sport/testmozgás, alváshigiénia, káros és modernkori szenvedélyek
- Egészségügyi oktatás: Elhízás, Cukorbetegség, magas vérnyomás, sürgősségi ellátás (AMI, stroke)
- + órán kívüli alkalmak: testmozgás, bevásárlás

VÉGLEGES TÉMAKÖRÖK

1. Ismerkedés – csoport alakulása, szabályok
2. Táplálkozás
3. Testmozgás
4. Alváshigiénia
5. Stresszkezelés
6. Modernkori szenvedélyek (televízió, telefon, számítógép)
7. Egészségügyi oktatás (magas vérnyomás, cukorbetegség)
8. Összefoglalás – kedvenc játékok



- 8 alkalom, 1 téma 1 foglalkozás, 45-60-90 perc, fokozatosan növelve az időtartamot.
- Védőnő vezeti a foglalkozásokat, tanító megfigyelő, szülő-gyerek párosokkal beszélget
- Hallgatók feladata a jegyzőkönyvvezetés, fényképes dokumentáció
- Eszközök: Oktatói kézikönyv, Egészségfüzet



SZÉCHENYI 2020

**ALAPELLÁTÁS-FEJLESZTÉSI
MODELLPROGRAM**

S Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

**Svájci
Hozzájárulás**

SZÉCHENYI PROGRAMIRODA



**MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA**

**Európai Unió
Európai Szociális
Alap**



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

JOGSZABÁLYMÓDOSÍTÁSI IGÉNYEK

- Az iskolai egészségfejlesztés önálló programokkal kerüljön nevesítésre a jogszabályokban, ne a pedagógiai programok alatt
- Egészségnevelés legyen az iskola-egészségügy és oktatás közös feladata \Rightarrow együttműködés a pedagógus és az iskolavédőnő között
- Iskolavédőnő számára a program-szerű egészségnevelés kerüljön finanszírozásra



ISKOLÁK KIVÁLASZTÁSA

- Kiválasztás szempontjai - összehasonlíthatóság
- SZTE Ságvári Endre Gyakorló Általános Iskola, Szeged
- Móra Ferenc Általános Iskola, Mórahalom
- Petőfi Sándor Általános Iskola, Szeged
- Madách Imre Magyar-Angol Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola testnevelés tagozatos osztálya

Feladat	Időtartam	Cél	Oktatási módszer	Résztevők	Eszközigeny	Kötelező elem
Mozgásos feladat „Grimaszjáték”	10 perc	Gyermekek ráhangolása a foglalkozásra, test átmozgatása	Bemutató Gyakoroltatás	Gyermekek Szülők	-	X
„Mi volt az otthoni feladat?”	15 perc	Előző foglalkozáson kapott otthoni feladatok ellenőrzése	Megbeszélés	Gyermekek Szülők	Egészségfüzet	X
Robot Robi és Robot Rozi	5 perc	Izomfeszülés és a lazítás szemléltetése	Interaktív játék	Gyermekek Szülők	-	X
Fifi gondolatai	10 perc	Félelmet keltő, és bátorságot adó gondolatok szemléltetése	Interaktív játék	Gyermekek Szülők	Fényképezőgép	X
Ötletkosár	20 perc	Megküzdési stratégiák gyűjtése, és a jutalmazás hangsúlyozása	Csoportmunka Megbeszélés	Gyermekek Szülők	Egészségfüzet	X
Dóri és a szeretetnyelvek	10 perc	Szeretetnyelvek ismertetése	Mese	Gyermekek Szülők	Egészségfüzet	X
Otthoni feladat megbeszélése	3 perc	Tanultak ismétlése, és információgyűjtés a következő foglalkozáshoz	Megbeszélés	Gyermekek Szülők	Egészségfüzet	X
Feedback: „Hogy érezted magad?”	5 perc	Visszajelzés kérése a résztvevőktől	Megbeszélés	Gyermekek Szülők	Tábla Táblafilc	X
Karmester	5 perc	Érzelmek felismerése	Interaktív játék	Gyermekek Szülők	-	
Testmozgás: „Bogozd ki!”	5 perc	A foglalkozás levezetése	Interaktív játék	Gyermekek Szülők	-	



FELADATTÍPUSOK

- Felkészítő
 - Közös
 - Ismétlő
 - Önálló
 - Családi
- Rajzolás
 - Ragasztás
 - Megbeszélés
 - Leírás



Mérj időt!



családi feladat

Ezeket a feladatokat a szüleiddel közösen oldd meg, mert ezek rólatok szólnak. Ezek a „**Családi feladatok**”, a színük sötétzöld.



Ki viseli a koronát? Rajzolj koronát az egészséges állatok fejére! Valamint rajzolj egy egészséges vagy beteg állatot az üres körbe.



FELKÉSZÍTÉS

- Programfejlesztő konzultáció
 - Projekt bemutatása, jogszabályok, szülői értekezlet, toborzás
 - 1-8. alkalom feladatainak átbeszélése, gyakorlatban kipróbálás, változtatások
 - Szemléletformálás, motiváció, health coaching
 - Dokumentáció vezetése
 - Folyamatos változás: tanító és védőnő együttműködése, feladatok fejlesztése, alakítása

GYEREKEK KIVÁLASZTÁSA

- Önkéntes alapon
- Feltétel: felnőtt családtag jelenléte
- Nem alakult ki rizikócsoport
- Kontraszelekció, egészségükre általában is figyelő családok jelentkeztek



DOKUMENTÁCIÓ

- Jelenléti ívek
- Családi anamnézis + szűrés
- Motivációs kérdőív, egészséggel kapcsolatos tudás felmérése (program előtt és után)
- Aktivitás, házi feladat elkészítése
- Változások detektálása
- Jegyzőkönyv
- Szöveges értékelés, együttműködés értékelése
- Gyerekek értékelése ☹ - 😐 - 😊
- Fényképes dokumentálás

SZAKMAI NYOMONKÖVETÉS

- E-mail, telefon rendkívüli esemény esetén
– nem volt precedens
- 2 megbeszélés
- Tapasztalatok megosztása egymással
- Felmerülő kérdések megválaszolása
- Szükséges változtatások gyűjtésének megkezdése
- Iskolai foglalkozások megtekintése

EREDMÉNYEK

- Folyamatos aktivitás és jelenlét
- Papír alapú, hagyományos, nem digitális feladatok sikere
- Szülő szerepe és jelenléte



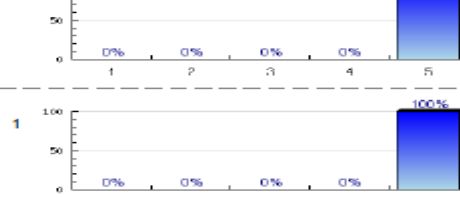
VÁLTOZÁSOK

- Pedagógusok: jobban megértették a gyerekeket, pedagógiai módszer alkalmazása tanórákon is
- Szülők: összekovácsolódás, hiányozni fog nekik a kikapcsolódás, kiszakadás a mindennapokból
- Gyermek: nyitottabbá válás, megfigyelhető tanórákon is, ügyelnek szüleik egészségére (pl. elegendő folyadékfogyasztás)

VÁLTOZÁSOK

- Motivációs kérdőív kérdéscsoportjai
 - Hit az aktív szerep fontosságában
 - Az aktivitáshoz szükséges magabiztosság és tudás
 - Aktív részvétel
 - Stresszes helyzetek
 - Jelen helyzet
 - Motiváltság

1.2) A legfontosabb dolog, amit tehetek gyermekem egészségéért, hogy aktív szerepet vállalok egészségének megőrzésében és egészségi problémáinak kezelésében.



n=30
átl.=5
elt.=0

1.3) Biztos vagyok benne, hogy el tudom mondani gyermekem orvosának, védőnőjének megfigyeléseimet, a gyermek panaszait akkor is, ha nem kérdezi.



n=30
átl.=4,73
elt.=0,52

1.4) Biztos vagyok benne, hogy el tudom dönteni, mikor van szüksége szakember segítségére, és mikor tudom egészségi problémáját magam kezelni.



n=30
átl.=4,6
elt.=0,5

1.5) Megértettem azokat a tanácsokat, melyeket gyermekem egészséges fejlődése érdekében kaptam.



n=30
átl.=5
elt.=0

1.6) Biztos vagyok benne, hogy képes vagyok követni azokat a tanácsokat, melyeket gyermekem egészséges fejlődése érdekében kaptam.



n=30
átl.=4,77
elt.=0,43

1.7) Biztos vagyok benne, hogy képes vagyok megtenni azokat a dolgokat, melyek segítenek megelőzni vagy minimálisra csökkenteni az egészségi állapotával kapcsolatos problémákat.



n=30
átl.=4,67
elt.=0,48

1.8) Biztos vagyok benne, hogy tudok találni megbízható információforrásokat gyermekem egészségi állapotával és a szükséges teendőkkel kapcsolatban.



n=30
átl.=4,7
elt.=0,47

1.9) Tudom, hogyan kell megelőzni az egészségi problémákat.



n=30
átl.=4,57
elt.=0,57

1.10) Ismerem azokat a lehetőségeket, melyekkel én tehetek gyermekem egészségéért



n=30
átl.=4,83
elt.=0,30

HIT AZ AKTÍV SZEREP FONTOSSÁGÁBAN

- Tudom, hogy felelős vagyok gyermekem egészségi állapotáért.
- A legfontosabb dolog, amit tehetek gyermekem egészségéért, hogy aktív szerepet vállalok egészségének megőrzésében és egészségi problémáinak kezelésében.

98,5% → 100%

AZ AKTIVITÁSHOZ SZÜKSÉGES MAGABIZTOSSÁG ÉS TUDÁS

- Pl.: Biztos vagyok benne, hogy el tudom mondani gyermekem orvosának, védőnőjének megfigyeléseimet, a gyermek panaszait akkor is, ha nem kérdezi.
- Tudom, hogyan kell megelőzni az egészségi problémákat.

4,60 → 4,72
(92% → 94,4%)

AKTÍV RÉSZVÉTEL

- Pl.:Gyermekem egészsége érdekében gondoskodom egészséges táplálkozásáról és rendszeres mozgásáról.
- Képes vagyok fenntartani családomban azokat az életmód változtatásokat, melyeket gyermekem egészségéért tettem vagy teszek.

4,50 → 4,73
(90% → 94,6%)

STRESSZES HELYZETEK

- Pl.: Biztos vagyok benne, hogy stresszes időszakban is képes vagyok megtartani gyermekem egészséges fejlődése érdekében szükséges életmódját.
- Biztos vagyok benne, képes vagyok megakadályozni, hogy gyermekem olyasmit akarjon tenni, ami árt az egészségének.

3,71 → 3,77

(74,2% → 75,4%)

JELLEN HELYZET

- Pl.:Tudom, mennyi gyermekem ideális súlya.
- Tudom, hogy gyermekem naponta átlagosan mennyi időt tölt különböző képernyők előtt.

4,64 → 4,93
(92,8% → 98,6%)

MOTIVÁLTTSÁG

- Pl.: Gyermekem életmódjának – táplálkozás, mozgás, képernyő előtti idő - javulnia kell.
- Szívesen részt veszek ebben a programban minden héten.

4,53 → 4,51

(90,6% → 90,2%)

PROGRAM FEJLŐDÉSE

- Tábor

Előny: kiscsoportos, szülővel

Együtt módszer összehasonlítása
nagy csoporttal, hagyományos
keretek között zajló fejlesztéssel



- Védőnők számára kreditpontos szakmai továbbképzés

TÁBOR („GYERMEKMEGŐRZÉS” AKTÍV PROGRAMOKKAL)

- 2 pedagógus
- Délelőtt és délután testmozgás
 - Úszás, aerobic, labdajátékok, kirándulás, tekézés, célba dobás, akadálypálya
- Napi 1 óra Egészség Klub (védőnő)
 - Egészséges étkezés (zöldség- és gyümölcs)
 - balesetvédelmi oktatás, elsősegélynyújtás
 - relaxáció, önismeret, alvási higiénia
 - Szülők részvétele a csoportvezetésben (jóga, pszichológia)



TOVÁBBKÉPZÉS TEMATIKÁJA

- Védőnői alapismeretek iskolai egészségnevelő, egészségfejlesztő program indításához – kapcsolat az oktatás és iskola-egészségügy között
- Alkalmazott menedzsment ismeretek („health coaching” - a védőnő, mint egészségmenedzser)
- Foglalkozások témakörönként
- Tábor bemutatása

KULCSÜZENETEK – SZERVEZÉSI SZEMPONTOK

- **Célcsoport kiválasztása:**
 - **Alsó tagozatos** gyermekek esetében jól működtethető a játékos egészségnevelési programok (IT nélkül)
 - **Szülők bevonása** a család felé is kiterjeszti az ismereteket, ezzel a közös élmény maradandóbbá teszi az eredményeket
- **Szereplők kompetenciái**
 - **Pedagógus** csoport ismerete, pedagógiai módszerei támogatják a programot
 - **Védőnő** alapos egészség ismeretei növelik a validitást
- **Ágazatközi együttműködés:**
 - A közös munka hosszú távú együttműködést alapozott meg

AJÁNLÁSOK (ESZSZIR ÉS BM PROGRAM)

- Iskolai egészségfejlesztési programok az iskolai szűrési eredmények alapján feltérképezett **ISKOLAI KOCKÁZATI PROFIL ALAPJÁN** kerüljenek kidolgozásra
- A programok törekedjenek a **SZÜLŐK, CSALÁDOK AKTÍV BEVONÁSÁRA**

AJÁNLÁSOK (ESZSZIR ÉS BM PROGRAM)

- A kidolgozás és működtetés az **OKTATÁS ÉS ISKOLAEGÉSZSÉGÜGY KÖZÖS FELADATA** legyen, folyamatos együttműködésben.
- A feladathoz az **ISKOLAVÉDŐNŐI SZOLGÁLATOT MEG KELL ERŐSÍTENI** finanszírozás, IT háttér és egészségügyi operátor biztosításával.

KÖSZÖNÖM A FIGYELMET!



TÁMOP-6.2.5-B-13/1-2014-0001 Szervezeti hatékonyság fejlesztése
az egészségügyi ellátórendszerben – Területi együttműködés kialakítása

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

ALAPELLÁTÁS-FEJLESZTÉSI
MODELLPROGRAM

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Svájci
Hozzájárulás

SZÉCHENYI

PROGRAMIRODA