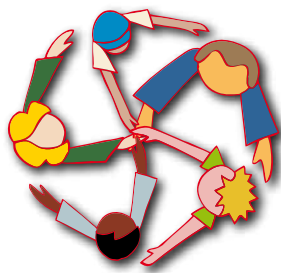


# SHE



Школы здоровья Европы

Школы  
содействия  
здоровью:  
факты для  
эффективных  
действий



Улучшение школ ведет к улучшению жизни

*Данный информационный бюллетень обобщает факты, свидетельствующие об эффективности содействия здоровью в школах. В его основе – отчет «Содействие здоровью в школах: обзор доказательной базы для эффективных действий», содержащий комплексные научные сведения, который вы можете найти на [www.schoolsforhealth.eu](http://www.schoolsforhealth.eu)*

*Опыт стран, добившихся успеха в создании школ, содействующих здоровью, в рамках национальных систем образования, свидетельствует о том, что данный процесс требует времени и наличия следующих факторов:*

- *политическая воля;*
- *партнерские рабочие отношения и взаимопонимание между секторами образования и здравоохранения;*
- *руководство и поддержка школьных администраций;*
- *интегрирование в систему образования;*
- *признание местных/региональных инициатив как части национальной программы развития;*
- *обучение учителей.*

*Появляется все больше доказательств того, что чем сильнее привязанность молодых людей к своей школе, тем выше уровень их эмоционального благополучия и достижения в образовании. Потенциал школ позволяет им играть важную роль в улучшении образования, здоровья и благополучия всех молодых людей, а также в решении задачи сокращения неравенства в сфере здоровья в Европе и во всем мире.*



# 1 Введение

## Что такое ШЗЕ?

ШЗЕ - это

- Европейская сеть Школ Здоровья, действующая с 1992 г.;
- Сеть национальных координаторов в 43 странах Европейского региона;
- усилия, направленные на то, чтобы сделать школы, содействующие здоровью, неотъемлемой частью политики секторов образования и здравоохранения в Европе;
- предоставление платформы для профессионалов Европы, заинтересованных в продвижении школьных программ содействия здоровью;
- поддержка трех европейских организаций: регионального бюро ВОЗ в Европе, Совета Европы и Европейской Комиссии;
- действия, направленные на то, чтобы улучшить качество обучения, охраны здоровья и жизни в школах Европы;
- использование позитивной концепции здоровья и благополучия и признание Конвенции о правах ребенка ООН.

## Что такое школа, содействующая здоровью?

Школа, содействующая здоровью, это школа, реализующая структурированный и систематический план действий, нацеленных на улучшение здоровья, благополучия и развития социального потенциала всех учащихся, а также педагогического и непедагогического персонала. В разных европейских странах используются и другие названия, но общешкольный подход является характерным для всех.

## Почему содействие здоровью в условиях школы является важным?

Содействие здоровью в условиях школы важно потому, что здоровье и образование органически связаны между собой:

- у здоровых детей выше вероятность эффективного обучения;
- образование играет важную роль в экономическом благополучии и качестве здоровья на более поздних стадиях жизни;
- содействие здоровью школьного персонала может способствовать большему удовлетворению от работы и сокращению количества прогулов;
- активное содействие здоровью в школах может помочь как школам, так и политикам в достижении их учебных, социальных и экономических целей.

Сеть ШЗЕ выросла из Европейской сети школ содействия здоровью. На глобальном уровне происходит обмен данными исследований и опытом с такими сетями, как Международная сеть школьного здоровья (МСШЗ) и учительскими организациями, такими, как ASCD, которая поддерживает на международном уровне всесторонний подход к школе и всесторонний подход к ребенку. Кроме того, существуют родственные сети, например, сети общинных школ, школ «привязанности», школ устойчивого развития и эко-школ, которые разделяют многие ключевые ценности и подходы ШЗЕ. Все они делятся опытом ради улучшения качества образования, здоровья и благополучия всех молодых людей.

Маж Черне, Словения



# 2 Что мы подразумеваем под содействием здоровью в школе?

Содействие здоровью в школе можно определить как любую деятельность, направленную на улучшение и/или охрану здоровья всего школьного сообщества. Образование по вопросам здоровья в школе является коммуникационной деятельностью, включающей обучение и преподавание, связанные со знаниями, мнениями, установками, ценностями, навыками и компетенциями. Часто оно бывает сосредоточено на отдельных темах здоровья; или может использовать холистический подход к размышлениям о нашем здоровье. Содействие здоровью, так же, как современные концепции образования, придерживается подхода, основанного на участии. Школы содействия здоровью предполагают общешкольный подход, который включает:

- образование по вопросам здоровья, основанное на участии и ориентированное на действие;
- понимание того, что учащиеся могут иметь собственные взгляды на здоровье и благополучие;
- разработка школьных политик по вопросам здоровья, содействующих здоровью и благополучию;
- создание здоровой физической и социальной школьной среды;
- развитие жизненных компетенций;
- формирование действенных связей с домом и сообществом;
- эффективное использование служб охраны здоровья в школьном контексте;
- содействие здоровью и благополучию учащихся и персонала школы.

Более традиционный подход к школьному образованию по вопросам здоровья сосредоточен на отдельных темах, таких, как здоровое питание, курение, физическая активность и психическое здоровье. Но эти темы не существуют отдельно от жизни молодых людей или их поведения, имеющего отношение к здоровью.

При использовании тематического подхода здоровье может рассматриваться на уровне отдельной личности и ее отношения к теме, в то время, как в реальности социальная среда может оказывать намного более сильное влияние на поведение.

Образование и здоровье тесно связаны. Данные свидетельствуют о том, что:

- у здоровых молодых людей выше вероятность того, что они будут более успешно учиться;
- содействие здоровью помогает школам добиваться их социальных целей и повышать уровень образования;
- у молодых людей, посещающих школу, больше возможностей иметь хорошее здоровье;
- молодые люди, которые любят свою школу и привязаны к школе и значимым взрослым, реже практикуют поведение высокой степени риска и чаще добиваются успехов в образовании.

Исследования свидетельствуют о глубоком взаимодействии между образованием и здоровьем, и у нас имеется достаточно доказательств, подкрепляющих наши действия. Многие государственные органы образования все еще недостаточно активны в отношении «здоровье-ориентированных» инициатив, тем не менее, в настоящее время очевидны огромные преимущества данного подхода именно с точки зрения образования, и это следовало бы учитывать сектору образования.

## Передача знания

Тематический подход все еще имеет место в школьном содействии здоровью. Новое исследование рассматривает «передачу знаний» в рамках различных тем, связанных со здоровьем. Термин «передача» касается процесса, в котором знания и навыки, освоенные в одном контексте (например, в конкретной области поведения, связанного со здоровьем) применяются в другом контексте (например, в другой области поведения, связанного со здоровьем). Это основывается на предположении, что знания и навыки, необходимые в разных областях, имеют общие характеристики. Недавно проведенное в Нидерландах исследование доказывает, что передача знаний возможна. Предметом исследования была специально разработанная, «ориентированная на передачу знаний» программа по курению и безопасному сексу, нацеленная на достижение поведенческих результатов не только в сфере курения и безопасного секса, но также в близкой к ним сфере алкоголя и менее близкой сфере здорового питания.



# 3 Исследование эффективности школьного содействия здоровью

## Контекст

Следующий раздел обобщает сведения по вопросам контекста, который имеет решающее значение для изменений и инноваций в школах, включая внедрение и создание школ содействия здоровью.

## Справедливость

Неравенство в вопросах здоровья и то воздействие, которое оно оказывает на жизни людей, является ключевым для школ, содействующих здоровью. Доклад ВОЗ о социальных детерминантах здоровья указывает на важность того, чтобы школы стали здоровым местом для детей и молодых людей. В докладе говорится, что вложения в детей, в частности, те, которые нацелены на сокращение неравенства, могут быть эффективными. Для того, чтобы происходили перемены, школьная администрация и ведущие сотрудники социальной сферы и здравоохранения должны быть привержены делу сокращения неравенства в вопросах здоровья. Подобные межсекторальные действия могут быть эффективными только при условии их устойчивости и продолжительности.

## Образование и подготовка учителей

Уровень и качество подготовки учителей, которые должны заниматься содействием здоровью, являются решающим фактором. Как базовое образование, так и подготовка учителей к началу работы являются основными для образования по вопросам здоровья и содействия здоровью в школе. Установки и знания учителей – это ключевые факторы для работы с тематикой здоровья. Обучение учителей способствует их индивидуальному формированию как воспитателей и одновременно делает их экспертами по конкретным вопросам.

## Понимание культуры школ

Школы – это сложные социальные структуры, и с этим нужно считаться при планировании инноваций. Исследование указывает на наличие мощных общешкольных факторов, которые могут мешать или способствовать переменам. Кроме того, отмечается, что любое серьезное изменение в характере работы учителей в системе образования должно восприниматься ими как собственное решение. «Нравственная цель» учителей, которую можно определить, как стремление менять к лучшему жизнь учащихся, является ключевым фактором в осуществлении комплексных реформ.

## Вовлеченность и участие учащихся

Появляется все больше доказательств того, что чем сильнее привязанность молодых людей к своей школе, тем выше уровень их эмоционального благополучия и достижения в образовании. Задача политиков и школьной администрации – разработка политик и стратегий,

нацеленных на увеличение привязанности учащихся к своей школе.

Кроме того, доказано, что активное участие учащихся в школьных процессах является благотворным для успешного овладения знаниями и компетенциями. Вовлечение учащихся дает им возможность почувствовать собственную ответственность и значимость при решении реальных жизненных проблем.

## Связь содействия здоровья с основными задачами школы

Факты свидетельствуют о том, что установление действенных партнерских отношений между секторами образования и здравоохранения оказывается очень эффективным. В Германии связь школьного содействия здоровью с основными задачами школы по обучению осуществляется на основе концепции «хорошей и здоровой школы». Существуют данные о характере барьеров, препятствующих успешному партнерству между образованием и здоровьем, и приведены примеры стран, в которых удалось успешно преодолеть эти барьеры. Создание рабочих партнерских отношений требует ясности в формулировке и понимании основных понятий, терминологии, предположений, ценностей и методов. В таких странах, как Польша, Португалия и Шотландия школы содействия здоровью сейчас являются частью общей системы образования. Этому способствовали политические заявления на национальном уровне, закрепляющие взаимодействие секторов здравоохранения и образования.

## Вовлечение родителей и опекунов в школьное содействие здоровью

Совершенно очевидно, что родители и семья оказывают основное влияние на жизнь молодых людей. Обзор степени воздействия вовлеченности родителей на образование детей подтвердил тот факт, что воздействие вовлеченности родителей является очень значимым. Кроме того, имеются доказательства того, что школьные мероприятия с участием семей или местного сообщества, а также мероприятия, вовлекающие много участников, могут способствовать усилению физической активности в подростковом возрасте.

## Забота о здоровье и благополучии персонала

Иногда школы выступают в качестве учреждений, занимающиеся содействием здоровью учащихся, персонала и прочих лиц, имеющих отношение к школе. Обзор данных о программах содействия здоровью на рабочем месте свидетельствует о том, что успешные программы обладают следующими качествами:

- учитывают потребности сотрудников;
- получают поддержку руководителей;

- соответствуют общим целям школы;
- позволяют учителям внедрять изменения и инициативы;
- оценивают результаты программы и учитывают их в дальнейшей работе.

Доказано, что вложения в личностное развитие сотрудников школы могут оказать положительное влияние на их самоуважение, посещаемость и их собственное мнение о своей профессиональной работе.

Кроме того, доказано, что молодые люди лучше обучаются у учителей, которых они уважают. Учителя, оказывающие эмоциональную поддержку, способные оценить достижения и содействующие развитию самоуважения, могут снизить уровень уязвимости учащихся, относящихся к группе высокого риска, по отношению к стрессовым жизненным ситуациям.

### Исследование тем, связанных со здоровьем

Источником большей части данных об эффективности образования по вопросам здоровья и содействия здоровью в школах является деятельность, посвященная конкретным темам здоровья. Самые позитивные результаты выявлены в разделах содействия психическому здоровью, здорового питания и физической активности, самые низкие результаты отмечаются в работе по теме потребления наркотиков.

#### Психическое и эмоциональное здоровье

Факты свидетельствуют о том, что успешные школьные инициативы в сфере психического здоровья:

- хорошо продуманы и основаны на проверенной теории и практике;
- связывают школу с домом и сообществом;
- затрагивают вопросы школьной среды и экологии;
- сочетают последовательность в достижении целей изменения поведения с формированием связей между учащимися, учителями, семьей и сообществом;
- способствуют взаимной поддержке и уважительным отношениям между учащимися, учителями и родителями;
- используют интерактивные подходы в обучении и преподавании;
- помогают усилить чувство привязанности в каждом учащемся;
- помогают улучшить результаты тестов, социальные и эмоциональные навыки и снижают вероятность недостойного поведения в классе, уровень беспокойства и депрессии;
- благотворны для снижения уровня агрессивности, уменьшения количества случаев ухода из школы, а также для формирования в школе чувства общности.

#### Потребление наркотиков

В числе отдельных успехов школьных программ, связанных с потреблением наркотиков, - краткосрочный отказ от употребления и/или непродолжительное сокращение потребления; при этом чаще оказывается положительное влияние на табакокурение,

чем на употребление алкоголя или наркотиков.

Узконаправленные программы чаще всего не оказывают никакого влияния на употребление алкоголя. Учителя, понимающие проблемы психического здоровья, добиваются более высоких результатов в сфере здоровья и образования учащихся.

Факты свидетельствуют о том, что школьные программы снижения потребления наркотиков могут быть эффективными в тех случаях, когда:

- программы являются интерактивными, исключая центральную роль учителя;
- внимание сосредоточено на жизненных навыках, например, умении отказаться, уверенности в себе;
- используется общешкольный подход;
- обеспечена связь с семьей и местным сообществом;
- уделяется внимание улучшению связей между учащимися.

#### Гигиена

Научные данные неоспоримо свидетельствуют о пользе мытья рук, употребления чистой питьевой воды и наличия надлежащей канализационной системы для здоровья детей и подростков.

Факты свидетельствуют о том, что в развивающихся странах хорошо продуманные и реализованные инициативы, включающие:

- общешкольный подход, учитывающий физическую среду;
- связи с сектором здравоохранения;
- соответствующие стратегии и программы

привели к росту посещаемости и сократили количество случаев гельминтоза (в основном, посредством предоставления противоглистных препаратов).

#### Образование по вопросам сексуального здоровья и отношений между полами

В тех случаях, когда программы по вопросам сексуального здоровья и отношений между полами проводятся обученными и заинтересованными преподавателями, они:

- повышают осведомленность в вопросах сексуального здоровья;
- могут способствовать выбору безопасных сексуальных отношений;
- могут отсрочить время первого сексуального контакта, что приводит, по мнению молодых людей, к улучшению отношений;
- не ведут к ранней или повышенной сексуальной активности молодых людей;
- могут формировать привязанность учащихся к школе, что напрямую связано со снижением сексуальной активности в подростковом возрасте.

#### Здоровое питание

Программы по здоровому питанию, основанные на проверенных практиках обучения и общешкольном подходе, способствуют, как доказано, постоянному



Ирина Демиклова, Российская Федерация

увеличению осведомленности учащихся в том, что касается еды и диет. Однако, добиться изменений в пищевом поведении учащихся более сложно. Обычно девочки извлекают из обучения больше пользы, чем мальчики, а данные отдельных качественных инициатив говорят о небольшом росте числа вегетарианцев. Успешным инициативам присущи некоторые или все следующие особенности:

- общешкольный подход;
- связи с родителями и приготовлением пищи дома;
- соответствие между рекомендациями программ и наличием соответствующей еды в школе;
- продолжительность программы (более трех лет) и регулярное участие сотрудников и учащихся в планировании и реализации ее мероприятий;
- постоянное повышение квалификации персонала.

#### Физическая активность

Факты свидетельствуют о том, что:

- инициативы, связанные с физической активностью в школах, наиболее эффективны тогда, когда они имеют комплексный характер; например, развитие навыков, создание и поддержание соответствующей физической среды и необходимых ресурсов, создание поддерживающей атмосферы, поощряющей учащихся к участию;
- ежедневная физическая активность в школах улучшает мотивацию учащихся и не имеет отрицательного влияния на когнитивное развитие, даже если на решение когнитивных задач остается меньше времени;
- существует очевидная прямая зависимость между физической активностью в школе и физической активностью во взрослом возрасте;
- учащиеся получают больше пользы от физической активности, если у них есть возможность заниматься регулярно в течение школьного дня;

- если учащиеся имеют возможность решать совместно с персоналом школы, каким видом физической активности заниматься, например, танцами, которые не рассматриваются как спорт, то их участие будет более активным;
- описано положительное влияние физической активности в школах на продолжительность занятий спортом, время просмотра телевизора, VO<sub>2</sub> (способность к поглощению кислорода) и уровень холестерина в крови;
- данные биологических измерений, таких, как индекс массы тела, показатели кровяного давления и поглощения кислорода, имеют свои ограничения и могут оказаться неэффективными в оценке уровня физического развития растущих молодых людей, а также других результатов физической активности в школе;
- программы, учитывающие отличия учащихся в таких сферах, как этническая принадлежность, физические возможности, пол, возраст и социальный статус, являются более эффективными с точки зрения вовлечения и участия учащихся.

#### Общешкольный подход

Существуют доказательства того, что психическое здоровье должно быть составляющей всех школьных инициатив содействия здоровью. Действенное содействие психическому здоровью увеличивает вероятность сокращения потребления наркотиков и улучшает другие аспекты образа жизни, связанные со здоровьем, которые зависят от уровня эмоциональных переживаний. В обзоре отмечается нехватка экспериментальных исследований в сфере школьного содействия здоровью, но в то же время указывается на то, что многокомпонентные подходы содействуют повышению эффективности программ. Основной вывод обзора заключается в том, что существуют доказательства того, что наиболее

Результаты, полученные как в сфере образования, так и в сфере здравоохранения, являются позитивными. Кроме того, есть данные о факторах, которые влияют на процесс изменений в школах и системах образования. Успешное преобразование всех школ в национальных системах образования в школы содействия здоровью требует времени и наличия следующих факторов:

- политическая воля;
- партнерские рабочие отношения и взаимопонимание между секторами образования и здравоохранения;
- руководство и поддержка школьных администраций;
- интегрирование в систему образования;
- признание местных/региональных инициатив как части национальной программы развития;
- обучение учителей.

Школы не решают проблему неравенства в сфере здоровья в одиночку. Здесь требуется многокомпонентный и многоуровневый подход. Кроме того, необходимы и такие составные, как дошкольная система, социальные службы, поддержка родителей, клиническое здоровье, доступ к транспорту и безопасная среда. Факты свидетельствуют о том, что для сокращения неравенства в сфере здоровья необходимо работать с уязвимыми

детьми как в школах, так и в других местах. Достижение позитивных результатов любых действий, направленных на детей, особенно тех, которые нацелены на сокращение неравенства, требует времени.

Очевидно, что нам необходимо поддерживать исследования, использующие широкий спектр методов. Кроме того, необходимы системные исследования, направленные на оценку синергетических взаимодействий, присущих сложной школьной экологии. Это необходимо для того, чтобы профессиональная практика в этой жизненно важной сфере деятельности опиралась на надежную доказательную базу. Лучший опыт следует рассматривать как часть доказательной базы; качественные описания конкретного опыта будут способствовать его признанию и распространению.

Потенциал школ позволяет им играть важную роль в улучшении образования, здоровья и благополучия всех молодых людей, а также в решении задачи сокращения неравенства в сфере здоровья в Европе и во всем мире.



## Дополнительная информация

За дополнительной информацией о сети ШЗЕ или для того, чтобы получить экземпляр полного отчета, обращайтесь на наш Веб-сайт, [www.schoolforhealth.eu](http://www.schoolforhealth.eu) или свяжитесь с Секретариатом ШЗЕ

### **CBO**

#### **SHE secretariat**

P.O. Box 20064  
3502 LB Utrecht  
The Netherlands

T: +31 (0)30 284 39 36

E: [she@cbo.nl](mailto:she@cbo.nl)



Сеть ШЗЕ координирует Институт совершенствования здравоохранения (СВО) как Сотрудничающий центр ВОЗ по укреплению здоровья в школах.



a **TNO** company

Опубликовано на средства гранта CBO\_FY2013, полученного от Европейского Союза в рамках программы «Здоровье».