

Noortest lähtuv tervisekasvatus.

Haridus- ja Teadusministeeriumi koostöö kolmanda sektoriga.

Aare Vilu; HTM noorteosakonna peaekspert.

Tervisekasvatases on oluline, et noorele suunatud ja nende poolt omandatavad teadmised kujundaksid noortes oskuseid ja harjumusi tervisest hoolida ja lähtuksid noore vajadustest.

Tavateadvuses on küllalt levinud seisukohaks, et tervisega seotud teemade puhul jõuab ühiskond tegeleda peamiselt probleemide või nõ tule kustutamise ja tervise edendamisega. Seega jääb kõlama, et õpetatakse kas liiga hilja või mitte piisava intensiivsusega.

Kindlasti ei ole sellisel arusaamal täit alust ning kui näiteks vaatame koolide õppekavadest käsitletavaid teemasid võib küll öelda, et püütakse olla samm eespool. Õpetatakse ennetavalt, ehk selleks, et noor oleks valmis peatsetes situatsioonides toime tulema.

Huvitava paralleeli tekitab üks hiljutine Eestis läbiviidud küsitlus, mille tulemustes toodi esile et üle 90% inimestest on teadlikud suitsuanduri olemasolu vajadusest ennetamiseks tule poolt põhjustatavaid kahjusid. Olulisem oli aga see, et üle 70% küsitluses osalenud täiskasvanutest väitis, et probleemi teadvustamine jõudis nendeni laste kaudu, kuna seda on lastele tutvustatud koolides, lasteaedades või päästeameti ennetusüritustel.

Paraku ei ole terviseohud sama lihtsasti tuvastatavad välise signaaliandjatega mis noort valjuhäälselt hoiataks tõsisema ohu eest. Seda olulisem on kujundada individuaalset ja ühiskondliku suhtumist tervise väärtustamisel; terviseriskide teadvustamisel ja hoiakute kujundamisel. Me peame silmas siis ülesandest arendada noorte sisemisi väärtuseid ja motivaatoreid ning siin ei saa me kuidagi ilma noorte igapäeva elu; eeskujusid; eagruppides domineerivaid väärtushinnanguid arvestamata edukad olla.

Me oleme olukorras, kus nii noortele teadmisi jagavad õpetajad ja spetsialistid kui ka noored tahavad saavutada tegelikult ühist eesmärki ning koostöö noortega annabki hea võimaluse noorte sisemisi väärtushinnanguid kujundada. Tulemina saame motiveeritud noored, kes on teadlikud tervise edendamise põhimõtetest ja noorte vajadustest

lähtuvalt saadud teadmistele tuginedes võimaluse õppekavade, ennetustegevuste ja nõustamisteenuste noortele vastuvõetavasse vormi kujundada. Eesmärk on ju püüd, et noored oma tervisesse tõsiselt suhtuvad ning tervise väärtustamine ja tulevane vanemaks olemise roll oleks nõ noorte enda asi, mitte lihtsalt vananeva ühiskonna ootus järgnevale põlvkonnale.

Kooli osast on tänasel päeval räägitud ning üldhariduskooli õppekava on alus tervisekasvatuse jõudmiseks iga õpilasele. Samas on Haridus- ja Teadusministeerium toetunud noorte väärtuste ja hoiakute kujundamisel ka MTÜ-de tegevustele, kes oma ettevõtmistesse on kaasanud noori nii siis kui ennetustegevusi planeeritakse ning siis kui minnakse noorte juurde terviseriskidest ja -edendamise kohta kõnelema.

Käsitleksin järgnevalt paari kolmanda sektori ja HTM koostöö tulemusel Eestis toimivat tegevust.

Esmalt vaataksin maailmas laialt levinud noortelt noortele koolituse meetodil tugineva ennetuse toetamist. Noortelt noortele koolitajate ettevalmistamine on üks vahenditest mille kaudu aktiivsed noored kaasatakse terviseedenduse teemade ja probleemide käsitlemisse.

Mõneti võib ju öelda, et noore usaldus omaealiste vastu on paradoksaalne. Täiskasvanutena pöördume enamikus oma küsimustega teadlikult spetsialistide poole. Noore jõudmine spetsialistini või vastupidi, võib olla takistatud mõnest tegurist, mis ei oma sugugi vähest rolli ning mida peame arvestama kui tahame noortega tervisest kõnelda.

Esimeseks probleemiks on teadmiste andmine õpetajate või spetsialistide poolt kui meetod. Nimelt kogu oma teadmispõhisuses võib nende esitatu mõnigi kord nõ kõrvust mööda minna seetõttu, et noortel puudub kogemus ning ta mõtleb et probleemid, millest räägitakse teda praegusel hetkel ei puuduta ning küllap siis kui on õige aeg saab ka tervisega tegeleda.

Teisalt kui noorele pidevalt räägitakse sellest kui tähtis on antud teema ühiskonnale, siis võib noor leida ka seda, et vastutus lasub samamoodi ühiskonnal, mitte temal enesel. See viib aga hoolimatuseni oma tervise suhtes ning mitteõigustatud ootusteni ühiskonna suhtes.

Niisiis on mõistetav, miks noortele suunatud teavet omaealiste poolt nii mõnigi kord kas kuulatakse paremini või mis veelgi olulisem nähakse, et see on noore enda, oma kooli- ja eakaaslaste vastutuse ja väärtuste küsimus.

Nii ongi noortelt noortele võrgustik heaks võimaluseks noorte kaasamisel. Noored omandavad spetsialistide kaasabil oskused kuidas käsitleda tervise- ja seksuaalkäitumise teemasid ning seejärel annavad noored oma teadmised edasi teistele omaealistele. Sageli on just eakaaslaselt saadud teadmised need, mis aitavad mõista ja kinnistada formaalhariduses omandatud ainek. Noortelt noortele koolitajate võrgustikku kuuluvad noored on ise palju paremini omandanud tervisekäitumuslikud väärtused ning oskavad neid oma edasi anda.

Noortelt noortele koolitajate ettevalmistava ja noori juhendava võrgustiku tegevuste osas on HTM partneriteks viimastel aastatel olnud kolm ühingut, kellest „Living For Tomorrow“ esindaja juba võttis sõna. Teisteks partneriteks on Eesti Seksuaaltervise Liit ja Eesti Assotsiatsioon ANTI-AIDS.

Nimetatud organisatsioonidega algas koostöö juba siis kui Eestit abistati välisfondi poolt ning nüüd on Eesti riik samuti toetumas neile ühingutele, kellel on välja kujunenud kompetents ning meetodid, mis end tõestanud on.

Teiseks tõstaks eriti esile projekti „Noortest lähtuva tervisekasvatus“ kuna sellesse on ühendatud nii aktiivsete noorte kaasamine kui ka oodatav tugi üldhariduses õpetatavale tervisekasvatusele. Nagu nimigi ütleb on eesmärk saada tuge tervisekasvatuse arengutele noorte seisukohtadele ja vajadustele tuginedes.

See koostööprojekt on hea näite sellest kuidas noorte eneste seast kasvab välja initsiatiiv mis väljendub soovis rohkem kaasa rääkida tervisekasvatuses ja arendada kooli õppekava toetavate tegevuste elluviimisega. Algatus tuli Eesti Õpilasesinduste Liidu poolt ning käesoleva aasta algusest oli Haridus- ja Teadusministeeriumil võimalik projektile ka rahastus saada Hasartmängumaksu vahenditest.

Kuna projekti veavad eest praegused õpilastega siis just nemad oskavad kõige paremini hinnata kuidas kooli õppekavas käsitletud ainesele tuginedes omandatud oskusi kinnistada ja jõuda teadmisenest käitumisharjumuste kujunemisele. Projekti juhtiv Eesti Õpilasesinduste Liit on võtnud eesmärgiks noortest lähtuva tervisekasvatuse projekti tulemusena koondada noorte seisukohad ja soovitused mis abistaks pedagooge noori paremini mõista ja noortele sobivamaid meetodeid kasutusele võtta.

Olulisel kohal projektis on julgustada noori kaasa rääkima, analüüsima ja oma seisukohti kaitsma ning ka praktilisi tegevusi ellu viima. See aitab kaasa nii noorte eneste hoiakute kujundamisele kui ka koolides õppekava alusel antavate teadmiste kinnistamisele.

Noorte esmaseks toetamiseks ja julgustamiseks kavandati projekti algusjärku ning viidi läbi motivatsioonikoolitused, kus jagati teadmisi ja oskuseid, kuidas oma kogukonnas tervisekasvatuse alaseid tegevusi planeerida ja ellu viia. Kuidas leida pädevad tervisekasvatuse koolitajad, milliseid meetodeid on seni kasutatud ning, millised meetodid on noorteni jõudmiseks tulemuslikumad. Samas arutleti ka kuidas noorte arvamust koondada, kuidas selle põhjal saada vajalikud alused argumenteerimiseks kohalike otsustajatega. Kuidas lähtuvalt vajadustest planeerida tegevused kohaliku omavalitsuse tasandil nii, et nad oleksid võimalikult kättesaadaval, kaasaks võimalikult palju noori ning arvestaks ka sihtrühmadega, kes on sotsiaalsete või piirkondlike tingimuste tõttu enim ohustatud.

Seega võib öelda, et noored on antud projektis nii eksperdid kui ka kavandatu teostajad.

Oma väärtuslik osa on projektis ka sellel, et tegutsetakse mitte üksnes kooli tervisekasvatusele toetudes vaid peetakse silmas kogu noorte sihtrühma ja püütakse jõuda ka nende noorteni, kes on mingil põhjusel haridussüsteemist väljaspool, kaasates selleks oma kogukonnas koolide kõrval noortekeskusi ja organisatsioone

Kokkuvõtteks tuleb öelda et õppekava alusel toimuv tervisekasvatus üldhariduskoolides on üks rahvatervise sh ka erinevate terviseriskide ennetamise alustalasid.

Kui me sellele lisame aktiivsete noorte panuse ning noortele atraktiivsed meetodid, kus omandatud teoreetilisi teadmisi edasi antakse, kus mõningatel juhtudel ka ohuolukorrad mänguliselt läbi tehakse, siis võib loota, et tervise väärtustamine on üha enam noorte eneste asi. Noored, kelleni omaealised jõuavad mõtestavad enamal määral lahti oma rolli ja vastutuse tähtsust tervise hoidmisel ja edendamisel ning lisaks saame häid näiteid tulemuslikest meetoditest tervisekasvatuse edendamiseks ära kasutada ka koolisüsteemis.