

Ireneusz Kowalewski, *Promocja zdrowia i bezpieczeństwo w szkole wyższej*, Wyd. Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie, Kraków 2010, ss. 178.

Problematyka zdrowia ludzkiego oraz przeciwdziałanie jego ewentualnym zagrożeniom stały się w ostatnich czasach istotnym zjawiskiem rozpatrywanym na gruncie wielu nauk. Wynika to z faktu, że świadomość zdrowotna polskiego społeczeństwa jest zastraszająco niska i nic nie wskazuje na to, aby miała ulec poprawie. Konsekwencją tego jest zatem założenie, że dużą rolę w tym względzie powinny odgrywać działania edukacyjne nakierowane na przygotowanie młodego pokolenia do dbałości o własne zdrowie oraz szeroko pojęte zdrowie publiczne.

Tak rozumiane działania powinny być prowadzone na każdym szczeblu edukacji i w każdym okresie rozwojowym. Niestety, dotychczasowe założenia promocji zdrowia nakierowane są jedynie na pierwsze etapy edukacji (przedszkole, szkołę podstawową, gimnazjum oraz niektóre szkoły ponadgimnazjalne). W szkole wyższej natomiast zagadnienie to jest jak na razie tematem „tabu”. Do tej pory nie pojawiła się bowiem w literaturze przedmiotu żadna pozycja, która w sposób przystępny i poparty wynikami rzetelnie prowadzonych badań omawiałaby kwestie możliwości prowadzenia działań związanych z promocją zdrowia na etapie uniwersyteckim.

Konieczność zwrócenia uwagi na zjawisko promocji zdrowia w szkole wyższej wynika bowiem z kilku istotnych założeń¹. Po pierwsze, stan zdrowia młodzieży akademickiej jest niezadowalający. Niezadowalające są również zachowania (antyzdrowotne) propagowane przez część społeczności studenckiej. Po drugie, mylnie przyjmuje się, że promocja zdrowia wśród studentów jest zbędna, gdyż młodzież uzyskała określoną wiedzę z tego zakresu na wcześniejszych poziomach edukacji. I w końcu, po

¹ Por. R. Podstawski, *O potrzebie edukacji prozdrowotnej w szkołach wyższych*, „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne” LI(2004)11, s. 12-13.

trzecie, za prowadzeniem działań uczelnianych w ramach promocji zdrowia przemawia potencjalna rola przyszłych absolwentów w krzewieniu kultury zdrowotnej w swoich środowiskach pracy. Szkoły wyższe mają bowiem do spełnienia ważne zadania: obok wyposażenia studentów w profesjonalną wiedzę dotyczącą zdrowia, powinny także przygotowywać ich pod względem wydolnościowo-sprawnościowym do trudów przyszłej pracy zawodowej.

Omawiany powyżej problem stara się zasygnalizować i opisać I. Kowalewski w książce *Promocja zdrowia i bezpieczeństwo w szkole wyższej*. Publikacja jest bowiem próbą ukazania najważniejszych informacji z obszaru profilaktyki i edukacji zdrowotnej w szkole wyższej. Autor zwraca w niej przede wszystkim uwagę na holistyczny sposób rozumienia zdrowia, będący konsekwencją stylu życia człowieka oraz szeroko rozumianych relacji z otoczeniem (s. 5). Dostrzega również daleko idące zagrożenia zdrowotne, zwłaszcza młodzieży, których eliminację czy ograniczenie widzi w zakrojonej na szeroką skalę profilaktyce. Wszystkie powyższe aspekty Autor przenosi na teren edukacji uniwersyteckiej, uzasadniając to faktem, że posiadana wiedza o zdrowiu człowieka i czynnikach je warunkujących powinna zmierzać do ukształtowania u młodego człowieka umiejętności kreowania postaw związanych z promocją zdrowia w przyszłym życiu osobistym i zawodowym. Książka I. Kowalewskiego stanowi ponadto

rozwińcie i pogłębienie dorobku medycznej profilaktyki pierwszorzędowej oraz andragogiki zdrowia (s. 5).

Omawiana pozycja skierowana jest do studentów różnych kierunków studiów, pragnących zdobyć lub pogłębić podstawową wiedzę z zakresu zdrowia i jego ochrony. Jej Autor jest jednocześnie lekarzem i nauczycielem akademickim, który stara się nie przeceniać roli (często uważanej za jedyną, posiadającą wyłączność), jaką przypisuje się współczesnej medycynie w kształtowaniu prozdrowotnego stylu życia młodzieży. Autor zauważa bowiem, że

współczesny lekarz staje się często specjalistą w znaczeniu naukowym i praktycznym, w wąskim zakresie wiedzy o człowieku, nie zawsze doceniając wpływ czynników psychicznych, duchowych i egzystencjonalnych na zachowanie zdrowia i propagowanie wiedzy o nim (s. 5).

Książka I. Kowalewskiego składa się ze wstępu, pięciu rozdziałów, części zawierającej spis literatury do wykładów i ćwiczeń, a także z bibliografii oraz aneksu.

Rozdział pierwszy publikacji poświęcony został kulturze zdrowotnej, poprzez którą Autor rozumie świadomość wartości zdrowia i wszystkich jego uwarunkowań (s. 22). W rozdziale tym Autor rozpoczyna swoje rozważania od analizy pojęcia „zdrowie”. Dokonuje interpretacji pojęcia, poczynając od czasów starożytnych (Hipokrates) aż po czasy współczesne. Podejmuje ponadto próbę opisu poszczególnych modeli zdrowotnych: biomedycznego, socjoekologicznego czy neotycznego. Następnie ukazuje ideę promocji zdrowia, co jednak narzuca pracy pewien niespójny tok rozumowania. Autor bowiem, nazywając pierwszy podrozdział „1.1. Pojęcie zdrowia” (s. 9), sugeruje, że znajdziemy w nim opis, definicje czy najważniejsze informacje dotyczące zdrowia. Natomiast ukazanie w tym miejscu procesu, jakim jest promocja zdrowia, wprowadza do tekstu pewien chaos. Dlatego też sugerowałabym, aby opis kluczowego dla pracy pojęcia (promocja zdrowia) zawarty został w osobnym podrozdziale publikacji. W podrozdziale zwraca dodatkowo uwagę fakt, że Autor uznaje, iż promocja zdrowia ma swój początek w socjoekologicznej i neotycznej koncepcji zdrowia (s. 12-13). Wiadomo jednak, że powstanie promocji zdrowia przypisuje się (jeszcze przed Zgromadzeniem w Alma-Ata w 1978 r. i I Międzynarodową Konferencją Promocji Zdrowia w Ottawie w 1986 r. – o czym Autor pisze później na s. 14 i 15) kanadyjskiemu ministrowi zdrowia, M. Lalonde’owi i jego koncepcji „pól zdrowia”, którą zaprezentował w specjalnym raporcie „Nowa perspektywa dla zdrowia Kanadyjczyków” (1974 r.)². Owszem, socjoekologiczny model zdrowia również pokazuje doniosłą rolę wpływu na zdrowie człowieka wszelkich czynników, jednak naukowych podstaw rozwoju idei promocji zdrowia poszukuje się w przytoczonych powyżej wydarzeniach. W przeciwnym wypadku, każde wydarzenie, które miałyby jakikolwiek związek z promocją zdrowia (a takich można szukać już w czasach starożytnych), uznawane by było za jej początek.

² Por. *Promocja zdrowia*, red. J.B. Karski, Warszawa 1999, s. 19-20; B. Bik, *Koncepcja promocji zdrowia*, w: *Zdrowie publiczne. Wybrane zagadnienia*, t. 2, red. A. Czupryna, A. Poździech, A. Ryś, W.C. Włodarczyk, Kraków 2001, s. 208.

Kolejny element analiz stanowi podrozdział „1.2. Kultura i zdrowie”, w którym Autor ukazuje związek pomiędzy kulturą i zdrowiem człowieka. Wychodząc od określenia tego, czym jest kultura i jak możemy ją rozumieć, Autor stopniowo przechodzi do tego, w jaki sposób możemy interpretować pojęcie kultury zdrowotnej.

Uwagę w omawianym podrozdziale zwraca jeszcze jeden element – wynikający być może z niewiedzy Autora, a mianowicie, w publikacji zostało użyte sformułowanie „profilaktyka zdrowotna” (np. s. 22, 25, 44). Zgodnie z terminologią naukową³ jest to niepoprawne stwierdzenie, gdyż słowo „profilaktyka” oznacza zapobieganie. Nie można zatem zapobiegać własnemu zdrowiu. Stosuje się tu albo sam termin „profilaktyka”, albo termin „prewencja”. Termin „profilaktyka zdrowotna” funkcjonuje jedynie (co też nie jest poprawne) w języku potocznym. Omawiana publikacja ma natomiast bez wątpienia charakter naukowy.

Ostatni element rozdziału pierwszego stanowi ukazanie związków między edukacją zdrowotną i promocją zdrowia. Słusznie Autor wychodzi od stwierdzenia, że edukacja zdrowotna jest nieodłącznym elementem promocji zdrowia. Jest to o tyle ważne wskazanie, gdyż w niektórych opracowaniach pedagogicznych uważa się, że to właśnie promowanie zdrowia odbywa się w ramach procesu edukacji zdrowotnej. Autor dodatkowo zaznacza też, że promocja zdrowia jest połączeniem działań edukacyjnych oraz różnego rodzaju wsparcia środowiskowego sprzyjającego zdrowiu (s. 43).

W rozdziale drugim omawianej publikacji Autor opisuje zachowania zdrowotne człowieka, pokazując jednocześnie interpretację tego zagadnienia przez poszczególnych autorów. Dodatkowo, Autor ukazuje wpływ niektórych czynników na zdrowie i zachowania zdrowotne człowieka. Zalicza do nich przede wszystkim sposób odżywiania się, nikotynizm, alkoholizm, stosowanie środków uzależniających oraz aktywność fizyczną. Każdy z tych czynników jest przez Autora szczegółowo omówiony, z zaakcentowaniem wpływu każdego z nich na zdrowie młodego człowieka. Autor powołuje się przy tym na szereg badań oraz teorii dotyczących omawianych relacji.

³ Por. np. J.B. Karski, *Wybrane problemy terminologiczne promocji zdrowia*, „Zdrowie Publiczne” 115 (2005) 3, s. 398; B. Woynarowska, *Edukacja zdrowotna*, Warszawa 2007, s. 139; B. Bik, *Koncepcja promocji zdrowia*, art. cyt., s. 223.

Trzeci rozdział publikacji stanowią rozważania na temat zdrowia psychospołecznego człowieka, które – w rozumieniu Autora – jest częścią ogólnego zdrowia i oznacza nie tylko brak zaburzeń lub chorób psychicznych, ale także posiadanie potencjału psychicznego umożliwiającego zaspokojenie wszystkich potrzeb psychospołecznych człowieka (s. 77). W rozdziale zostają ukazane klasyfikacje zaburzeń psychicznych, jak również życie emocjonalne człowieka. Szkoda tylko, że opisując emocje, Autor nie pokazał od razu ich bezpośredniego związku ze zdrowiem oraz relacji, jakie zachodzą pomiędzy życiem emocjonalnym człowieka i jego zdrowiem.

W ramach zdrowia psychospołecznego Autor słusznie zwraca uwagę na rolę wsparcia społecznego jako istotnego elementu higieny psychofizycznej człowieka oraz klimatu społecznego i środowiska pracy, które są, według Autora, ważnym czynnikiem wpływającym na kształtowanie postaw prozdrowotnych młodzieży, w tym między innymi w szkole wyższej. Autor zwraca tu uwagę na stosunki interpersonalne studentów, warunki ich rozwoju osobistego, system organizacyjny w szkole wyższej oraz otoczenie materialne (tabela, s. 103).

Rozdział czwarty publikacji ma na celu pokazanie poszczególnych metod pomiaru stanu zdrowia oraz ich klasyfikacji. Słuszne jest, iż Autor omawia to zagadnienie w swojej książce, albowiem każda instytucja, która w sposób profesjonalny chce mieć czynny udział w kształtowaniu postaw prozdrowotnych młodego pokolenia, powinna dołożyć wszelkich starań, aby poznać sytuację zdrowotną uczącej się w niej społeczności. W tym celu można wykorzystywać metody pomiaru stanu zdrowia. Są to między innymi wskaźniki stanu zdrowia, które Autor szeroko w książce opisuje. Cennym elementem omawianego rozdziału jest to, iż Autor zamieścił w nim (ze wskazaniem na aneks) propozycję narzędzia do badania stanu zdrowia w środowisku akademickim (s. 153).

Najważniejszym i najistotniejszym rozdziałem publikacji wydaje się być rozdział piąty, w którym Autor przedstawia autorski program „Promocja zdrowia i bezpieczeństwo w szkole”. Świadczy to o kreatywności Autora i jego praktycznym zaangażowaniu w sprawę kształtowania postaw prozdrowotnych młodzieży akademickiej.

Przedstawiony w publikacji program skierowany jest do studentów studiów stacjonarnych (45 godzin) i niestacjonarnych (30 godzin). Celem programu jest

poszerzenie zainteresowania studentów sprawami zdrowia (...), przygotowanie przyszłych pedagogów do realizacji ścieżki edukacyjnej edukacja prozdrowotna (...), do funkcji promotorów zdrowia w społeczności lokalnej (...) oraz do udzielania pomocy przedlekarskiej (s. 124).

W programie Autor zwraca uwagę na najważniejsze aspekty związane z promocją zdrowia na wszystkich etapach edukacji oraz we wszystkich okresach rozwojowych człowieka. Do aspektów tych zalicza przede wszystkim: promocję zdrowia i edukację zdrowotną w szkole; problemy zdrowia w różnych okresach cyklu życiowego człowieka; środowiskowe uwarunkowania zdrowia w szkole; ergonomię i higienę pracy w szkole; zachowania prozdrowotne (aktywność fizyczna, żywienie, uzależnienia, higiena zdrowia psychicznego) oraz system zdrowotny w Polsce.

Publikacja autorstwa I. Kowalewskiego jest ważną pozycją wpisującą się w nurt promowania zdrowia w szkole wyższej. Jest jak na razie jedyną lub jedną z niewielu pozycji opisujących omawianą problematykę, jakie pojawiły się w ostatnich czasach na rynku wydawniczym w Polsce. Niewątpliwym atutem książki jest ponadto fakt, że jej Autor jest jednocześnie lekarzem, któremu nie są obce również medyczne aspekty dotyczące życia i zdrowia człowieka. Uważam, że książka może stanowić profesjonalną lekturę nie tylko dla samych studentów, ale również dla nauczycieli akademickich, którzy także ponoszą odpowiedzialność za młodego człowieka, którego przyjdzie im uczyć. Pomimo iż czasem mam wrażenie, że Autor częściej niż o promocji zdrowia, mówi o profilaktyce lub prewencji⁴, książkę oceniam jako wartościową dla promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej młodego człowieka.

Magdalena Madej-Babula

⁴ Mam wrażenie, iż Autor częściej mówi o zapobieganiu przeróżnym zagrożeniom zdrowotnym, niż o promowaniu zdrowia, czyli o pomnażaniu i udoskonalaniu potencjału zdrowotnego młodego człowieka (studenta).