

Heilsutengdar forvarnakynningar og fræðsla í skólum

Viðmið, október 2019

Samkvæmt aðalnámskrá grunn- og framhaldsskóla skulu skólastjórnendur, kennarar og annað starfsfólk skóla vera meðvitað um hvað felst í heilsutengdum forvörnum og geta nýtt sér áreiðanlegar upplýsingar um þætti sem hafa áhrif á líkamlegt, andlegt og félagslegt heilbrigði nemenda.

Mennta- og menningarmálaráðuneyti leggur áherslu á að bæði grunnskólar og framhaldsskólar vinni markvisst að forvörnum. Þess skal gætt að forvarnir og heilsuefling í skólum sé heildstæð og unnin í samstarfi við nemendur, foreldra og nærsamfélag. Heilsueflingar- og forvarnastarf skal ávallt byggt á aðferðum, sem búið er að sýna fram á með vísindalegum rannsóknum að beri árangur. Forsenda árangursríkra forvarna er sýnileg stefna skóla, uppbyggilegt umhverfi og fagmenntað starfsfólk.

Við skipulag heilsutengdra forvarnakynninga og fræðslu í skólum skal þess gætt að:

- Fræðslan byggi á **fræðilegum grunni** og sé löguð að aldri nemenda.
- Áhersla sé lögð á **fjölbreyttar aðferðir** sem fela í sér umræður um ákvarðanatöku og þjálfun í samskiptahæfni. Markmiðið er að styrkja félagslega hæfni barna og ungmenna, sjálfsmynd þeirra og getu til að forðast áhættuhegðun, t.d. að afþakka tóbak og vímuefni þegar þau eru í boði og taka ábyrga afstöðu gagnvart allri mismunun, einelti og öðru ofbeldi.
- **Styrkja tengsl** nemenda við skólasamfélagið og byggja upp þrautseigjuþeirra.
- **Byggja upp fagmennsku** og þjálfun þeirra sem sinna fræðslunni.

Varast ber ...

að beita hræðsluáróðri eða einhliða fræðslu sem hefur lítil sem engin áhrif á fjöldann og hugsanlega neikvæð áhrif á hegðun ákveðinna aðila. Þó hræðsluáróður sé stundum eftirminnilegur og börn og ungmenni áhugasöm um slíka fræðslu sýna rannsóknir að hún hefur ekki tilætluð áhrif. Slík fræðsla getur haft neikvæð áhrif á hegðun og hugsanlega ýtt undir áhættuhegðun hjá ákveðnum aðilum. Í þessu tilliti þarf að hafa í huga að valda ekki skaða þó að ásetningurinn sé góður.

Hafa skal í huga að:

- Áhrifaríkar forvarnir byggja á niðurstöðum rannsókna og sýna rétta mynd af stöðu ákveðinnar hegðunar og umfangi hennar.
- Eftir því sem börn og ungmenni meta að fleiri stundi ákveðna hegðun eru þau líklegri til þess að prófa sjálf. Því er mikilvægt að taka mið af staðbundnum gögnum.
- Áhrifaríkar aðferðir þurfa að vera heildstæðar og í samstarfi við foreldra og nærsamfélagið.
- Fræðsluerindi sem einungis leggja áherslu á aukna þekkingu geta verið nauðsynleg en eru sjaldan nægjanleg til að hafa áhrif á hegðun.
- Kennsla þarf að vera gagnvirk, sveigjanleg, umhyggjusöm og án innrætingar þar sem börn og ungmenni fá tækifæri til þess að tjá sig.
- Áhrifaríkt er að þjálfa félagsfærni, ákvarðanatöku, markmiðasetningu, að standast félagsþrýsting og að setja sig í spor annarra.
- Til þess að ná árangri er betra að hafa langtímaáætlun sem byggir á heildstæðri nálgun með mælanlegum markmiðum, skammtímaátak getur verið hluti af henni.
- Kennarar eða aðrir fagaðilar innan skólasamfélagsins eru best til þess fallnir að halda utan um kennslu í forvörnum, m.a. svo að börn og ungmenni geti í framhaldinu leitað til þeirra með spurningar eða aðstoð.
- Kennsla í fámennum hópi er áhrifaríkari en kennsla í fjölmennum hópi.
- Ef nauðsynlegt er að leita til utanaðkomandi aðila með fræðslu er æskilegt að kennari eða annar fagaðili innan skólans sé virkur þátttakandi. Mikilvægt er að skoða vel fyrirfram hvað slíkt fræðsluerindi inniheldur.
- Skólinn skal leggja sig fram um að aðstoða þá nemendur sem eiga í vanda vegna tóbaks, áfengis eða annarra vímuefna með umhyggju að leiðarljósi.

Samstarf foreldra og skóla

Samstarf milli skóla og foreldra ólögráða nemenda er mikilvægur liður í að efla forvarnir. Foreldrar eru ein mikilvægasta fyrirmynd barna sinna. Það er því mikilvægt að hvetja foreldra til að tala við börn sín og ungmenni um tóbak, áfengi og önnur vímuefni og taka skýra afstöðu gegn því að þau prófi eða noti slík efni.

Forvarnarstefna

Í skólanámskrám grunn- og framhaldsskóla skal birta stefnu skóla í einstökum málefnum, s.s. forvörnum.

Sjá einnig:

Aðalnámskrá grunnskóla, kafli 7.

<https://www.stjornarradid.is/lisalib/getfile.aspx?itemid=f7d55056-989c-11e7-941c-005056bc4d74>

Aðalnámskrá framhaldsskóla, kafli 12 og 14.

[file:///C:/Users/r02bp/Downloads/adalnamskra_frsk_2_utg_breyt_2015%20\(20\).pdf](file:///C:/Users/r02bp/Downloads/adalnamskra_frsk_2_utg_breyt_2015%20(20).pdf)

Staðreyndablað Landlæknisembættisins.

„Hvað virkar í tóbaks-, áfengis- og vímuefnum í skólum“.

<https://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item36447/Sta%C3%B0reyndabla%C3%B0%20Hvad%20virkar%20i%20forvornum%20A4%20ok.pdf>

Handbók um velferð og öryggi barna í grunnskólum.

<https://mms.is/handbok-um-velferd-og-oryggi-barna-i-grunnskolum-0>