

EDUCAȚIA PENTRU SĂNĂTATE ÎN CONTEXTUL NOILOR EDUCAȚII. DIMENSIUNI ȘI STRATEGII

Liliana APOSTOL STANICA

Universitatea Pedagogică de Stat "Ion Creangă"

The article reflects a series of pedagogical conditions for the optimization of the education for health of lyceum pupils. The efficiency of elucidated conditions is proved in theoretical and praxiological aspects.

Educația constituie un fenomen uman complex și unitar ce include mai multe dimensiuni care interacționează participând activ la formarea personalității individului. În pedagogia postmodernă dimensiunile educației sunt definite drept conținuturi generale ale educației, deoarece au o arie de aplicabilitate largă la nivelul sistemului și al procesului de învățământ, fiind prezentate astfel: educație morală, educație intelectuală, educație tehnologică, educație estetică, educație psihofizică [8].

S.Cristea menționează că acestea acționează ca variabile abstracte aplicabile în diferite contexte pedagogice și constituie structura valorică stabilă a procesului educațional cu caracteristici funcționale proprii deschise în direcția *noilor educații*, generate periodic de anumite condiții și cerințe sociale [8, p.124].

Noile educații au fost abordate după 1980 în programele și recomandările UNESCO, iar după 1990 au început a figura în manualele de pedagogie și cercetările în domeniul științelor educației, fiind abordate ca răspunsuri ale sistemelor educaționale la imperativele lumii contemporane de natură politică, economică, ecologică, demografică, sanitară etc. În consens cu cele relatate, educația pentru sănătate se află în raport de interdependență și complementaritate cu conținuturile generale ale educației, dezideratele noilor educații, fapt care conferă educației realizate în cadrul societății, familiei și școlii un caracter deschis și dinamic, necesitând acțiuni de perfecționare continuă, o axare pe principiile caracterului prospectiv și sistemic al acesteia.

Schimbările rapide care au loc în multe țări din regiunea europeană condiționează noi provocări și oportunități pentru promovarea sănătății. Tradițional oamenii definesc sănătatea în diferite moduri. O persoană robustă ce posedă o structură athletică va spune că sănătatea înseamnă practicarea cu regularitate a unui complex de exerciții și asigurarea unei alimentații raționale pentru menținerea unei greutate normale și a unor condiții fizice bune. Un medic va considera sănătatea ca fiind absența bolii. Un psiholog va susține că sănătatea include capacitatea de a fi echilibrat, cumpătat în fapte, soluționarea problemelor emoționale, a conflictelor, aplicarea tehnicilor de integrare socială și depășire a traumelor psihice.

Majoritatea specialiștilor și cercetătorilor în domeniul ocrotirii sănătății și științelor educației consideră aceste definiții, cât și altele referitoare la sănătate, ca fiind incomplete. În viziunea lor, sănătatea trebuie să fie analizată într-o legătură strânsă cu profilaxia, tratamentul maladiilor și călirea organismului [1, 4, 5, 6, 8, 13].

Pentru a evita problemele de sănătate, este necesar să cunoaștem nu numai definiția sănătății, ci suntem datori să știm componentele acesteia și variatele modalități de menținere și consolidare a ei la diferite vârste.

Sănătatea privită ca un ideal, dar și ca o cerință fundamentală a vieții, este o problemă ce preocupă fiecare om și societatea în ansamblu, la realizarea ei concurând o mulțime de factori morali, tehnici, economici, sociali, culturali, ereditari, ecologici etc. De aceea a o încadra într-o noțiune absolută sau unanim acceptată este foarte dificil. Studiul teoretic al literaturii de specialitate a permis să delimităm patru aspecte ale sănătății omului. Acestea sunt: absența bolii; starea completă de bine; starea de bine fizic; starea de bine psihic și moral [4].

Hipocrat, părintele medicinei europene, o definea ca pe *o stare de echilibru între corp, minte și mediu*. Specialiștii contemporani o consideră *o stare de absență a bolii, lipsa disconfortului și invalidității; stare completă de bine, confort și fericire care presupune pe lângă starea bună a factorilor biologici și satisfacerea aspirațiilor omului cu privire la influențele pozitive asupra sferei afective; stare de bine fizic, moral și social și nu doar absența bolii sau a infirmității* (Organizația Mondială a Sănătății/OMS).

Abordată ca o problemă complexă biopsihosocială, se poate observa că sănătatea nu poate fi produsul exclusiv al sistemului medical căruia după unele statistici internaționale îi revine doar 11-12% în menținerea ei, restul revenind situației economico-sociale a populației, ecologiei, adică calității aerului, apei, hranei și condițiilor de trai, culturii, educației etc. Tradițional, se consideră că medicina are doar două poziții prin care

poate interveni asupra stării de sănătate a omului: *terapia, arta vindecării bolilor și profilaxia, ansamblul măsurilor care permit să se evite apariția, agravarea și extinderea unei boli* (definiție propusă de Organizația Mondială a Sănătății; 1982).

Analiza viziunilor și concepțiilor privind definirea sănătății ne-a permis să evidențiem următoarele dimensiuni ale acesteia.

Sănătatea se constituie din trei mari dimensiuni: *biologică / fizică, psihologică și socială.*

Din punct de vedere biologic, sănătatea poate fi definită ca acea stare a organismului neatins de boală, în care toate organele și sistemele funcționează normal. Această dimensiune presupune axarea individului pe o activitate fizică rațională, alimentație sănătoasă, respectarea igienei personale, evitarea unor factori de risc ca fumatul, consumul de alcool și droguri, neadresarea la timp la medic.

Din punct de vedere psihologic, sănătatea poate fi înțeleasă ca o armonie dintre comportamentul cotidian și valorile fundamentale ale vieții asimilate și promovate de individ, care au devenit prioritățile acestuia. Sănătatea psihologică reprezintă acea stare a persoanei în care capacitatea ei de a munci, de a cunoaște sau de a desfășura activități preferate în mod creativ, cu plăcere și succes este optimă. Aspectul dat presupune capacitatea persoanei de a-și înțelege și dirija emoțiile, de a ști cum să facă față problemelor și dificultăților cotidiene. Individul sănătos, din punct de vedere psihologic, posedă și o sănătate fizică bună, capacitatea de a se stăpâni, autocontrola și de a rezolva cu succes problemele apărute, neutralizând situațiile stresante, fără a ajunge la dependența de alcool și/sau droguri, pentru a face față acestora, precum și capacitatea de a munci productiv, de a iubi; de preocupare față de soarta celorlalți, fiind în stare să conducă într-un mod rezonabil autonomia personală. Prin urmare, sănătatea psihologică presupune o viață cu sens care merita să fie trăită [4, 13, 14].

Teza esențială cu privire la sănătate care se întâlnește des în literatura de specialitate astăzi este formulată în felul următor: sănătatea reprezintă o stare de bunăstare generală a individului care include dimensiunile: emoțională, intelectuală, fizică, socială și spirituală, fiecare dintre acestea completându-se și interrelaționând pe parcursul vieții. Pentru menținerea unei sănătăți bune, o persoană trebuie să-și examineze și să-și consolideze sistematic fiecare din aceste dimensiuni pentru a se orienta în sensul în care i se permite nu doar să trăiască o perioadă lungă de timp, ci să se bucure de o viață împlinită.

În 1967, OMS a declarat că *sănătatea este o stare totală de bunăstare fizică, mentală și socială*. Sănătatea este acel proces, în care toate aspectele nominalizate din viața unei persoane ar interacționa eficient într-un mod integrat. Nici un aspect al sănătății omului și vieții acestuia nu funcționează în mod izolat. Organismul, mintea, spiritul, familia, comunitatea, țara, locul de muncă, educația și convingerile sunt toate interrelaționate. Modul prin care aceste aspecte interacționează contribuie la îmbogățirea vieții unei persoane, fapt care ajută la determinarea caracterului individual, de nerepetat al persoanei, cât și a sănătății acestuia.

Sănătatea ca fenomen uman include mai mult decât funcționarea fără obstacole a organismului. Ea implică relațiile mental-emoționale, intelectuale și sociale, depinzând într-o mare măsură de valorile spirituale ale individului. Astfel, pentru o mai bună înțelegere a sănătății este necesar să examinăm în profunzime fiecare dintre aceste dimensiuni, care luate împreună constituie acest fenomen uman prețios și complex. În continuare propunem o analiză mai detaliată a dimensiunilor sănătății.

Sănătatea emoțională. Analizat în ansamblul ei, calitatea emoțională a sănătății unei persoane reflectă emoțiile, sentimentele acesteia față de sine, față de alte persoane, față de mediul social și lume; față de univers, valori și credință etc. Sănătatea emoțională include înțelegerea și dirijarea emoțiilor, perceperea modului de interrelaționare eficientă cu alte persoane, a privi optimist la dificultățile vieții, capacitatea de depășire a stresului, de realizare a variatelor activități cu dispoziție bună.

În timp ce emoțiile și sentimentele sunt importante pentru sănătatea psihică a individului, ele influențează de asemenea și sănătatea fizică, cea intelectuală, socială și, în general, menține tonusul vital al omului. În activitatea lor curativă medicii observă frecvent rezultatele conexiunilor emoție–organism–mental.

Somatizările ar fi expresia unor astfel de manifestări în cazul când emoțiile au un caracter negativ de lungă durată. De exemplu, un individ cu o bună stare emoțională manifestă o rată scăzută la bolile legate de stres, cum ar fi ulcere, migrene, nevroze și astm. Atunci când stresul sau tulburarea emoțională continuă o lungă perioadă de timp, sistemul nervos și cel imun se dereglează, la om accentuându-se riscul de dezvoltare a variatelor boli.

Unii cercetători au argumentat că trăsătura de personalitate denumită *voință / tărie de caracter* poate ajuta la reglarea unor fenomene neplăcute, contribuie la fortificarea sistemului imun, micșorează efectele vătămătoare ale stresului. Această calitate este definită ca un ansamblu specific de trăsături ce deține un mod optimist

de comportare, orientare de principiu, curaj, perseverență, atitudine responsabilă în abordarea propriei vieți, a activității sale, depășirea problemelor, incluzând boala ca o provocare ce poate fi manipulată [4, 5, 6, 13].

Sănătatea intelectuală. Intellectul, aspect important al planului mental care contribuie la organizarea rațională a vieții, la luarea deciziilor importante, joacă un rol mare în starea de sănătate și bunăstare a individului. Chiar dacă capacitatea intelectuală variază de la individ la individ, omul este capabil să învețe cum să dobândească și să-și evalueze informațiile, cum să aleagă între alternative și cum să ia deciziile cu privire la variate tipuri de probleme și dificultăți care pot apărea pe parcursul vieții, inclusiv privind conduita ce ameliorează sănătatea.

Sănătatea intelectuală este uneori analizată în cadrul sănătății emoționale sau ca o parte componentă a sănătății mentale. Deși strâns întrepătrunsă cu starea emoțională a individului, gândirea intelectuală se deosebește de aceasta. Emoțiile și sentimentele pot altera capacitatea de a gândi a unei persoane, iar gândirea confuză poate accentua și mai mult problemele emoționale ale individului. Relația dintre emoțional și intelect nu se neagă, dar nici nu poate fi substituită [6].

Sănătatea fizică. Sănătatea fizică se referă la starea biologică a organismului și la reacțiile-răspuns ale acestuia în caz de boală sau traumă. Pentru menținerea unei condiții fizice optime, a unei sănătăți fizice, este important să acceptăm și să realizăm acele conduite ce ne conferă rezistență și bunăstare psihică și fizică. De exemplu, evitarea fumatului, a consumului de alcool, alimentația moderată reprezintă doar câteva momente ce asigură o bună sănătate fizică. Exercițiile fizice adecvate, un efort fizic, cât și o recreație, odihna echilibrată, menținerea unei greutate normale a corpului și alegerea inteligentă a activităților, evitarea abuzurilor alimentare ne ajută să menținem starea de sănătate a organismului [4, 6].

Sănătatea socială se referă la capacitatea omului de realizare a rolurilor sociale cum ar fi rolul de fiu/fiică, părinte, soț, prieten, apropiat sau cetățean, într-un mod eficient și confortabil, cu plăcere, fără a tulbura climatul ecologiei sociale, starea altor persoane. Fiecare dintre aceste roluri presupune variate obligațiuni și responsabilități. Toate necesită o comunicare eficientă de genul *oferă și ia*, căci relaționările sănătoase niciodată nu derulează într-o singură direcție. Realizarea trebuințelor umane de dragoste, intimitate, apartenență, constituie un factor important în obținerea și dirijarea sănătății sociale. Persoanele private de aceste trebuințe sunt expuse la comportamente ce amenință starea lor și a altor persoane de bună dispoziție, intrând astfel în sfera anomiei, devianței și patologiei sociale.

Sănătatea spirituală. O altă dimensiune a sănătății este sănătatea spirituală, acel amalgam de sentimente, trăiri, conform căruia comportamentul și valorile fundamentale ale unei persoane se află în armonie cu credința și conduita omului.

Unii specialiști în domeniul sănătății susțin că forțele spirituale afectează și sunt afectate de sănătatea în ansamblu. Sănătatea spirituală poate include sentimentul de venerație, profunda credință religioasă sau sentimentul de liniște și pace lăuntrică cu privire la propria viață și viața altei persoane. Sentimentele și forța spirituală se dezvoltă prin efortul de înțelegere a semnificației relației cu divinitatea, universul, lumea și cu sine [1, 4, 8, 13].

Numeroase studii reflectă un fenomen interesant: afiliația religioasă este în strânsă legătură cu rata scăzută de boli cronice și conduite deviante. Unii cercetători atribuie aceste efecte preceptelor religioase, afirmând că religia descurajează comportamentele amurale ce pot conduce la probleme severe de sănătate. Alții, invers, declară că afilierea religioasă poate contribui în mod direct asupra înrăutățirii stării de sănătate și a bunei dispoziții în general, deoarece sănătatea spirituală e strâns legată de sănătatea mentală.

În unele studii teoretice se abordează problema sănătății mentale, pe care o putem analiza în corelație cu sănătatea intelectuală. Unii cercetători privesc sănătatea mentală ca o componentă mai superioară acesteia. Astfel, sintetizând datele obținute de unii cercetători, D.Lagache descrie următoarele caracteristici principale ale **sănătății mentale**:

- capacitatea de a crea și produce valori, bunuri materiale și bunuri spirituale;
- capacitatea de a tolera, a depăși tensiuni suficient de mari și de a le transforma într-o formă agreabilă pentru individ;
- capacitatea de adaptare a propriilor aspirații la cele ale grupului;
- capacitatea de adaptare a conduitei proprii la diferite tipuri de relații cu ceilalți indivizi;
- capacitatea de identificare atât cu forțele conservatoare, cât și cu cele inovatoare ale societății [apud.6].

Fiecare persoană conferă o anumită importanță celor cinci dimensiuni ale sănătății. Unii indivizi sunt mult mai interesați de sănătatea emoțională sau intelectuală decât de sănătatea fizică. Alții au o mare satisfacție din relațiile lor cu alte persoane sau din implicarea lor în munca pentru idealurile religioase.

În aceasta ordine de idei, cercetările în domeniul vizat demonstrează că dimensiunile sănătății formează un tot integrat: fiecare are un efect asupra celorlalte. Munca omului se desfășoară numai în armonie cu sănătatea și cu celelalte valori vitale. Această armonie dintre corp, minte și suflet poate contribui la susținerea sănătății noastre. Sănătatea spirituală poate avea efecte profunde asupra sănătății emoționale. Sănătatea emoțională se răsfrânge asupra relațiilor sociale și toate aceste dimensiuni ale sănătății îi vor permite ființei umane să mențină la un nivel optim sănătatea fizică. Toate aceste dimensiuni distincte acționează împreună pentru a asigura randamentul funcțiilor biologice și sociale, pentru a asigura confortul organismului. Cultivarea unei anumite dimensiuni atrage după sine dezvoltarea celorlalte. În mod similar, neglijarea unei dimensiuni poate induce consecințe severe asupra sănătății în ansamblu, cât și bunei stări a organismului. Deci, pentru menținerea sănătății, trebuie să acordăm atenție celor cinci dimensiuni de bază, identificând legăturile dintre ele și încercând să le menținem în echilibru astfel, încât ele să ne asigure o existență fericită.

Sănătatea și echilibrul. Echilibrul psihofizic este necesar, deoarece acesta afectează însăși homeostazia, starea de normalitate a organismului chiar la baza nivelului fiziologic. Corpul uman este un organism extraordinar de complicat și mobil. Pe parcursul vieții o persoană trebuie să facă față multiplelor amenințări, printre care boli, vătămări fizice, stres. Organismul este capabil să lupte și să se adapteze la multe dintre aceste amenințări orientate asupra propriei identități și astfel să revină la starea de normalitate. Pentru a dobândi această capacitate, organismul caută în continuu să mențină echilibrul dintre factorii constanți, precum temperatura, pulsul normal, TA, conținutul de apă și nivelul de zahăr în sânge etc. Acest echilibru natural/homeostazie este realizat prin activitatea unor mecanisme specifice din organism.

Sănătatea și stilul de viață. Dimensiunile sănătății pot fi influențate de câțiva factori. Un factor evident îl constituie accesul la un *sistem competent de îngrijire medicală și de educație sanitară* de care o persoană poate beneficia nu doar din perspectivă fizică, mentală, ci și din perspectivă socială.

Factorii de mediu, la fel sunt importanți, ei oferă individului siguranța căminului și a vecinătății, serviciile publice responsabile de neutralizarea factorilor negativi de genul substanțelor toxice în sol, aer și apă. Unii dintre acești factori pot fi controlați într-o oarecare măsură prin însăși posibilitatea persoanei de a alege unde să trăiască, iar alți factori pot fi influențați de politica promovată de stat. Totuși, pentru majoritatea persoanelor, aceștia se constituie în caracteristici ale vieții care pot fi influențate și modificate.

Mai dificil de controlat sunt factorii ereditari, aspecte ale vieții care sunt transmise prin gene. Genele sunt „codurile” înăscute, ele controlează multe aspecte ale dezvoltării și funcționării indivizilor, de la desemnarea sexului și până la tendințele către anumite maladii. Ele pot afecta sănătatea fizică, emoțiile, intelectul și chiar viața socială. Ereditatea influențează aspectele fundamentale ale vieții și sănătății individului. Factorii genetici nu pot fi absolut controlați de către individ, deși astăzi medicina are succese și aceștia pot fi compensați.

În timp ce toți acești factori sunt importanți pentru sănătate, cea mai mare influență asupra sănătății omului o are **stilul de viață pe care omul îl urmează**, acesta fiind un factor ce poate fi destul de eficient controlat. Esența acestei teze constă în faptul că fiecare trebuie să-și controleze permanent sănătatea. În timp ce ereditatea și mediul joacă un rol deosebit în statutul sănătății noastre, alegerea pentru un stil sănătos de viață ne privește și ne afectează sau ne întreține sănătatea. Stilul de viață se referă la modul de ansamblu în care trăim – atitudini, obiceiuri și comportamentele persoanei manifestate în viața cotidiană. Din perspectiva specialiștilor americani, în SUA, stilul de viață contribuie în mare măsură la 7 din 10 cauze ce conduc la deces [4, 6, 8, 9].

Deși nu toate componentele stilului de viață pot fi controlate de individ, totuși, cele mai multe pot fi controlate și menținute într-o stare optimă.

Prin urmare, sănătatea reprezintă un concept complex ce include dimensiunea emoțională, intelectuală, fizică, socială și spirituală. Sănătatea înseamnă mult mai mult decât absența bolii. Ea reprezintă un proces amplu ce contribuie la bunăstarea și echilibrul persoanei.

Sănătatea emoțională se referă la capacitatea de exprimare, control și de dirijare a emoțiilor unei persoane într-un mod constructiv.

Sănătatea intelectuală se referă la capacitatea de cunoaștere, de evaluare a informației și de luare a unei decizii importante; realizare a potențialului intelectual.

Sănătatea fizică se referă la condiția organismului și la răspunsul adecvat al acestuia în cazul vătămării sau a bolii.

Sănătatea socială reprezintă capacitatea de a realiza cu succes rolurile sociale.

Sănătatea spirituală se referă la sensul vieții, spiritualizarea existenței umane, obținerea unui echilibru ce apare în promovarea valorilor.

Deși oamenii se pot orienta în aspectele sănătății, toate aceste dimensiuni se află într-un feedback continuu. Efectele pozitive dobândite într-o anumită direcție tind să influențeze altă dimensiune, iar influențele negative ce apar pe o dimensiune va genera probleme pentru celelalte. Dimensiunile sănătății pot fi influențate de mai mulți factori pe care îi putem clasifica în factori ai sistemului de îngrijire a sănătății, factori ai mediului, factori genetici și factori ai stilului de viață.

Factorii stilului de viață determină starea sănătății în ansamblu. De asemenea, ei sunt factorii care pot fi cel mai bine controlați de individ. Stilul de viață include conduite ce afectează, sau invers, ameliorează în mod diferit viața unei persoane. Cercetătorii în domeniul ocrotirii sănătății menționează următoarele *componente ale stilului de viață*: stilul de lucru, stilul de odihnă, stilul de distracție, stilul de comunicare, stilul de relaționare, stilul de cunoaștere, stilul de consum, stilul de alimentație și stilul de interrelație cu mediul natural.

Alegerile în ceea ce privește sănătatea implică mai mult decât informația obiectivă. Aceasta, la rândul său, necesită înțelegerea obiectivelor proiectate de individ. În acest context, oamenii trebuie să știe că obiectivele pe termen scurt sunt mai ușor de realizat decât cele pe termen lung. Desemnarea priorităților stilului sănătos de viață poate fi realizată în baza studierii factorilor și condițiilor de optimizare a vieții umane. Acesta este un proces de continuă examinare a trebuințelor și expectațiilor unei persoane, explorând tipologia de comportamente, stilul de viață ce facilitează sau obstrucționează conduita sănătoasă a omului.

Conduita sănătoasă se formează doar în baza educației, modelelor pozitive ale semenilor în conformitate cu exersarea continuă a abilităților respective [4, 6, 13].

Educația pentru sănătate ca deziderat al *noilor educații* apare ca răspuns la imperativul lumii contemporane – deteriorarea sănătății omului [4, 8, 9, 10].

Obiectivul de bază al educației pentru sănătate constă în formarea și dezvoltarea în rândul populației, începând de la cea mai fragedă vârstă, a unei concepții și unui comportament igienic, sanogenic, în scopul consolidării sănătății, dezvoltării armonioase și fortificării organismului; adaptării lui la condițiile mediului natural și social. În acest sens, este necesară formarea unei opinii de masă, fundamentată științific față de respectarea igienei individuale și colective, față de formarea deprinderilor de alimentație, îmbrăcăminte, muncă și odihnă, față de utilizarea rațională a timpului liber și a factorilor naturali de călire a organismului, față de evitarea factorilor de risc, precum și a dirijării modului de solicitare a asistenței medicale și a variatelor mijloace de investigație și tratament.

Educația pentru sănătate include trei laturi: cea cognitivă, care constă în comunicarea și însușirea de noi cunoștințe, competențe necesare apărării și menținerii sănătății; *motivațională*, ce asigură convingerea populației privind necesitatea prevenirii și combaterii bolilor și a dezvoltării armonioase a organismului, prin respectarea regulilor de sanogeneză; *comportamentală-volițională*, care constă în însușirea deprinderilor și obișnuințelor sanogenice, cu aplicarea lor în practica cotidiană [4].

Educația pentru sănătate la nivelul școlii reprezintă una dintre principalele căi de promovare a cunoștințelor corecte privind diferite aspecte ale sănătății și totodată de formare a atitudinilor și drepturilor indispensabile unui comportament responsabil și sănătos. În multe țări educația pentru sănătate este obligatorie în școli, începând din clasa întâi până la finele studiilor, folosind-se pentru fiecare treaptă de învățământ programe și materiale didactice adecvate vârstei.

Din cele relatate, conchidem că există mai multe argumente ce pot fi aduse în favoarea realizării educației pentru sănătate în cadrul unităților de învățământ:

- școala este un loc ideal pentru difuzarea acestor cunoștințe în rândul tinerilor; nici o altă instituție nu are abilitatea și posibilitatea de a cuprinde și de a se adresa, în timp, unui procent atât de mare din populație;
- unul dintre elementele esențiale pentru dezvoltarea impactului dorit este inițierea și realizarea programelor de educație pentru sănătate începând cu vârsta fragedă. Conduita sănătoasă devine astfel un comportament care se edifică în timp în paralel cu dezvoltarea personalității. E de menționat faptul că asupra unei persoane deja formate, adulte, astfel de activități au întotdeauna un impact mai redus decât acțiunile similare, realizate la vârste mai timpurii;
- școala reprezintă o instituție cu o mare autoritate în societate, oferind un cadru optimal de educație formală și nonformală, iar activitățile desfășurate în unitățile de învățământ sunt mai eficiente din punct de vedere metodologic și științific.

În concluzie ținem să menționăm că proiectele-pilot conduse de către organizațiile guvernamentale și cele nonguvernamentale, realizate până în prezent în diferite localități ale țării și în variate instituții de învățământ, au demonstrat receptivitatea și interesul tinerilor pentru acest tip de inițiative. Noua problematică a declanșat

și a sugerat o mulțime de reacții și de proiecte ce s-au conturat treptat sub forma unor direcții de acțiune. Una dintre aceste direcții de acțiune o constituie educația ca proces de formare și sensibilizare a tinerilor și adulților pentru participare la abordarea și soluționarea problemelor cu care omenirea a început să se confrunte.

Societatea, cercetătorii și practicienii au răspuns acestor provocări cu elaborarea dezideratelor *noilor educații*. Lista acestora este deschisă, iar conținutul lor se află într-o stare permanentă de îmbogățire și restructurare. *Noile educații* reprezintă, de fapt, noi conținuturi specifice, raportabile la oricare din cele cinci conținuturi generale ale activității de formare–dezvoltare morală, intelectuală, tehnologică, estetică, psihofizică a personalității umane.

Ele reflectă problematica lumii contemporane prin obiectivele propuse care dau și denumirea fiecărei structuri de conținut științific, realizată ca disciplină de studiu, concepută în plan disciplinar, dar mai ales interdisciplinar, pluridisciplinar și chiar transdisciplinar [8].

UNESCO și cercetătorii în domeniul științelor educației au întreprins studii și au avansat mult în conturarea noilor conținuturi ale educației [2, 8] care de fapt se află într-o strânsă legătură cu educația pentru sănătate. Astfel deosebim:

- **Educația ecologică** sau educația relativă la mediu care vizează formarea și cultivarea capacităților de rezolvare a problemelor declanșate odată cu aplicarea tehnologiilor industriale și postindustriale la scară socială, care au înregistrat numeroase efecte negative la nivelul naturii și a existenței umane.

- **Educația pentru schimbare și dezvoltare** ce vizează formarea și cultivarea capacităților de adaptare rapidă și responsabilă a personalității umane la condițiile inovațiilor și ale reformelor sociale înregistrate în ultimele decenii ale sec. al XX-lea, în perspectiva sec. al XXI-lea.

- **Educația pentru tehnologie și progres** axată pe formarea și cultivarea aptitudinilor generale și speciale și a aptitudinilor afective, caracteriale și motivaționale, deschise în direcția aplicării sociale a cuceririlor științifice în condiții economice, politice și culturale specifice modelului societății postindustriale de tip informațional.

- **Educația față de mass-media** ce vizează formarea și cultivarea capacității de valorificare culturală a informației furnizate de radio, televiziune, presă, în condiții de diversificare și de individualizare care solicită o evaluare pedagogică responsabilă la scara valorilor sociale.

- **Educația demografică** (educația în materie de populație) care promovează cultivarea responsabilității civice a personalității și a comunității umane în raport cu problemele specifice populației, exprimând totul prin anumite fenomene: creștere / scădere; densitate / migrație; structura profesională pe vârste, sex; condiții de dezvoltare naturale, sociale, situate în context global, național, regional, teritorial, zonal, local.

- **Educația pentru pace și cooperare** ce presupune formarea și cultivarea aptitudinilor și a atitudinilor civice de abordare a problemelor sociale prin dialog și participare efectivă la rezolvarea contradicțiilor obiective și subiective care apar în condiții de grup sau în comunități sociale (profesionale, economice, politice, culturale, religioase), la nivel național, teritorial, zonal, local.

- **Educația pentru democrație** ce vizează formarea și cultivarea capacităților de înțelegere și de aplicare a democrației la nivelul principiilor sale valorice de conducere socială eficientă și a instituțiilor sale recunoscute la scară universală, care promovează drepturile omului.

- **Educația economică casnică modernă** care, mai ales în țările dezvoltate, constituie o disciplină sau o activitate educativă importantă, dispunând de laboratoare și incluzând mobilarea locuinței, viața de familie (aniversări, sărbători, stiluri etc.), educația economică și utilizarea bugetului. Ea este concepută ca o pregătire indirectă pentru muncă, pornindu-se de la teza confirmată de viață că orice tânăr care începe să presteze o muncă trebuie să știe a-și organiza propria viață.

- **Educația sanitară sau pentru sănătate**, axată pe formarea și cultivarea capacităților specifice de proiectare și de organizare rațională a vieții în condițiile rezolvării unor probleme specifice: educației pentru organizarea timpului liber; educației igienico-sanitară; educației nutriționale; educației sexuale.

Educația pentru sănătate este un concept aplicat pentru a desemna ocazii de învățare create pentru a facilita schimbări de comportament în vederea atingerii unui obiectiv predeterminat care favorizează sănătatea. Această abordare este legată de conștientizarea relațiilor de cauzalitate care există între factorii de mediu, economici, sociali și starea de sănătate. Educația pentru sănătate reprezintă componenta de informare–comunicare a promovării sănătății. În acest fel, educația pentru sănătate și promovarea sănătății sunt strâns legate între ele. Dacă promovarea sănătății se bazează prin definiție pe participarea activă în procesul de schimbare a unui public avizat, educația pentru sănătate reprezintă un instrument funcțional eficient pentru acest proces. Educația pentru sănătate are impact pozitiv asupra vieții omului astfel:

- influențarea pozitivă a comportamentelor ca bază a sănătății;
- dezvoltarea programelor de educație pentru sănătate într-un mod participativ în comunitate, în și prin instituțiile de învățământ și cele de ocrotire a sănătății;
- încurajarea copiilor, familiilor sau comunităților în general pentru a dezvolta atitudini pozitive față de sănătate, față de practicile de viață legate de sănătate și un nivel înalt de autostimă, care sunt esențiale pentru îmbunătățirea sănătății [4].

Prin urmare, educația pentru sănătate vizează transmiterea și însușirea acelor informații care asigură baza cognitivă a deciziilor referitoare la sănătate, formarea unor atitudini ca fundament pentru un comportament în favoarea sănătății, cu condiția valorificării eficiente și a altor deziderate ale noilor educații.

În această ordine de idei, tendința sau preocuparea de implementare a *noilor educații* este în creștere, dar decalajul dintre recomandările, studiile și rezoluțiile realizate la nivel internațional sau național și practica educațională rămâne încă mare. În majoritatea țărilor, autorii de planuri și programe școlare nu situează încă problematica lumii contemporane în rândul surselor care trebuie să alimenteze conținutul învățământului [1, 3, 4, 5, 8, 10, 12, 13, 14].

În concluzie, din perspectivă publică, sănătatea constituie, datorită imenselor sale implicații individuale, sociale și demografice, unul dintre elementele cele mai vizate de politicile și strategiile guvernamentale din întreaga lume. Din perspectivă educațională, sănătatea reprezintă un factor, un mijloc și un obiectiv major al educației și autoeducației în plan prospectiv.

La nivel macrostructural, educația pentru sănătate a populației trebuie să reprezinte un obiectiv major al politicii sanitare naționale, stabilindu-se ca sarcină de bază în domeniul asigurării sănătății populației, dezvoltarea activităților medicale preventive și ridicarea nivelului de cultură sanitară a întregii populații. La nivel microstructural, fiecare instituție socială, mai cu seamă cele ce oferă studii, trebuie să fie obligate a implementa programe de cultivare a unui mod sănătos de viață.

Referințe:

1. Albu G. În căutarea educației autentice. - Iași: Polirom, 2002.
2. Arhip A., Papuc L. Noile educații – imperative ale lumii contemporane. - Chișinău, 1996.
3. Bunescu Gh. Educația părinților – strategii și programe. - Chișinău, 1986.
4. Bursuc B. Educație pentru sănătate. - Cluj-Napoca, 2005.
5. Carpet J. Cum să-ți păstrezi sănătatea creierului. - București: Editura Cartea Veche, 1992.
6. Călugăru D. Dreptul la educație și sănătate / Seminarul național de educație pentru sănătate, 2003.
7. Crețu E. Probleme ale adaptării școlare. Ed. ALL, 1999.
8. Cristea S. Fundamentele științelor educației. - București: Litera Internațional, 2003.
9. Cuznețov L. Tratat de educație pentru familie. Pedagogia familiei. - Chișinău: CEP USM, 2008.
10. Cuznețov L. Curriculum educația pentru familie. Ministerul Educației al RM, Institutul de Științe ale Educației, Universitatea Pedagogică de Stat „I. Creangă”. - Chișinău, 2004.
11. Debesse M. Psihologia copilului. - București, 1970.
12. Gîgă M. Minte sănătoasă în corp sănătos. - București: Ed. Coresi, 1999.
13. Marks D.F., Myrrey M. et. al. Health Psychology. - London: Sage Publications, 2000.
14. Gray John. Copiii sunt din rai. Metode de educație pozitivă pentru a crește copii cooperanți, încrezători și sufletești. - București, 2001.

Prezentat la 03.12.2008