

Promocja zdrowia pracowników szkoły: o projekcie realizowanym w 22 szkołach promujących zdrowie



Magdalena Woynarowska-Sołdan

Zakład Zdrowia Publicznego
Warszawski Uniwersytet Medyczny



Centralny Zespół ds. projektu
Promocja Zdrowia Pracowników Szkoły



Promocja zdrowia pracowników szkoły:

o projekcie realizowanym w 22 szkołach promujących zdrowie

1. Geneza projektu
2. Cele
3. Uczestnicy
4. Działania
5. Doświadczenia i wnioski

Mój cel:

- **Przedstawić doświadczenia szkół projektowych**
- **Zachęcić Państwa do refleksji nad:**
 - **sytuacją społeczności pracowników Waszych szkół**
 - **możliwościami podjęcia podobnej inicjatywy**

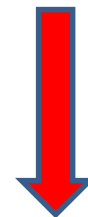
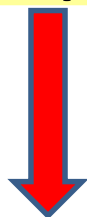
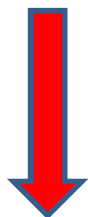
**Funkcjonowanie i efektywność szkoły zależy od wielu czynników,
w tym od jej pracowników**

kompetencje

satysfakcja z pracy

**cechy
osobowości**

**zdrowie i dobre
samopoczucie**



Inni pracownicy

Nauczyciele

Uczniowie

Rodzice

Szkoła promująca zdrowie
tworzy warunki i podejmuje działania, które sprzyjają
dobremu samopoczuciu CZŁONKÓW SPOŁECZNOŚCI szkolnej (...)

Zdrowie i samopoczucie pracowników szkoły wpływają na:

- funkcjonowanie w pracy ich samych i innych ludzi
- efektywność ich pracy
- klimat psychospołeczny w szkole
- organizację życia szkoły
- koszty utrzymania szkoły
- efektywność edukacji zdrowotnej uczniów
- **tworzenie pozytywnych wzorców zachowań zdrowotnych**
- **wspieranie w podejmowaniu zachowań prozdrowotnych**

**szczególnie
uczniów**

Zdrowie to nie tylko prywatna sprawa pracownika szkoły

Zdrowie pracowników to

kapitał

zasób

bogactwo

szkoły!!!

Pilotażowy projekt: Promocja zdrowia pracowników szkoły

2012 –2015

Cel

- Zachęcanie pracowników szkół, by zmieniali swój styl życia i swoje środowisko na sprzyjające ich zdrowiu
- Inicjowanie w szkołach działań na rzecz promocji zdrowia pracowników

Uczestnicy

780 nauczycieli

270 innych pracowników
szkoły

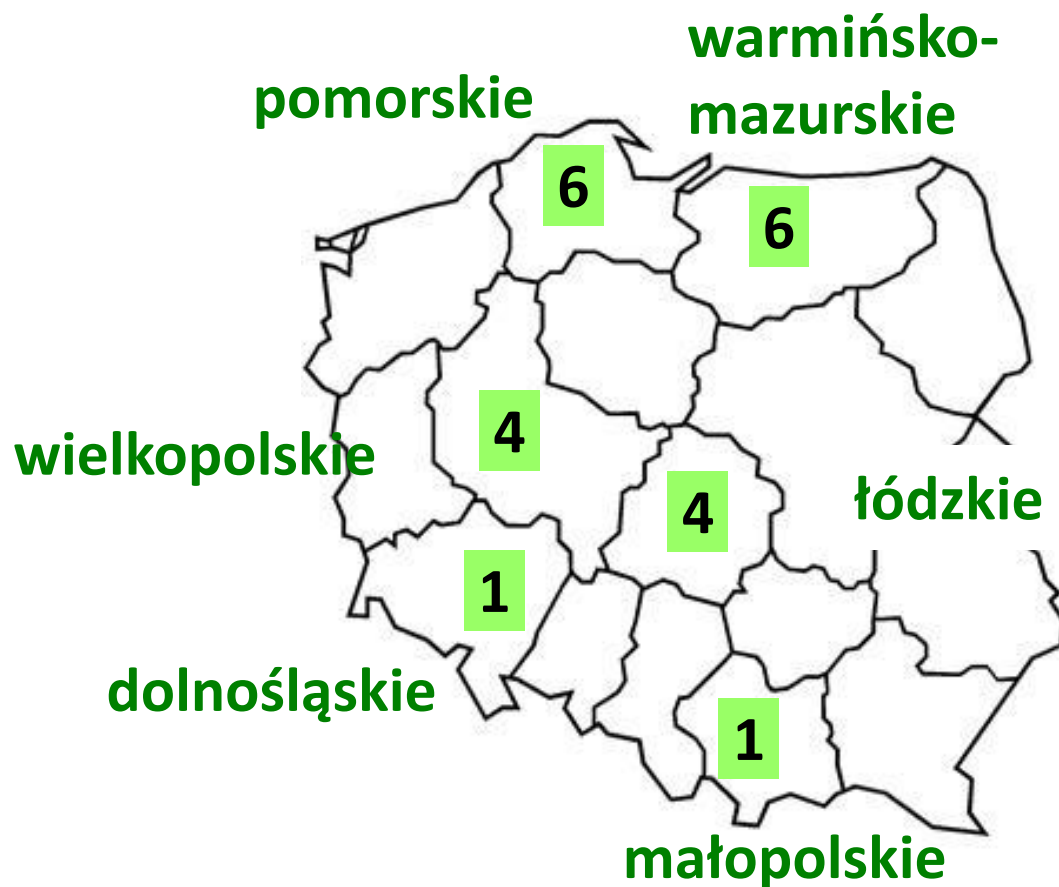
z 16 szkół podstawowych
i 6 gimnazjów

z 6 województw

**Szkolna
struktura
projektowa**

Zespół ds. projektu:

- dyrekcja
- nauczyciele
- pracownicy niepedagogiczni



Działania

- Dokonaliśmy diagnozy stanu wyjściowego w każdej szkole

**Samopoczucie
zawodowe
i czynniki
mu sprzyjające**

**Dbłość
o zdrowie**

**Zdrowie
subiektywne**

- Planowaliśmy działania na rzecz promocji zdrowia w kolejnych latach
- Ocenialiśmy wdrażanie i efekty tych działań

Identyfikacja problemów do rozwiązania

Warunki pracy

- Wysoki poziom hałasu
- Brak spokojnego miejsca odpoczynku/pracy

Relacje między pracownikami

- Brak zaufania
- Brak satysfakcjonującej współpracy
- Słaby przepływ informacji

Relacje z uczniami i rodzicami

- Niska motywacja do nauki
- Niewystarczająca współpraca ze strony rodziców

Organizacja pracy

- Poczucie przeciążenia

Kompetencje zawodowe

- Niedostatki umiejętności informatycznych

Zachowania zdrowotne

- Niedostatki w zakresie zachowań prozdrowotnych

Samooceńa zdrowia

- Występowanie: chorób przewlekłych, bólu, negatywnych emocji

Obszary podjętych działań

1.

**Poprawa
sposobu
żywienia i
zwiększenie
aktywności
fizycznej**

2.

**Redukcja
natężenia
hałasu w
szkole**

3.

**Tworzenie
miejsca
odpoczynku,
cichej pracy,
rozmów z
rodzicami**

4.

**Poprawa
relacji
interperso-
nalnych**

5.

**Doskona-
lenie
umiejęt-
ności
radzenia
sobie ze
stresem**

**Czego nauczył nas
ten projekt?**

**Jest to dla nas
zupełnie nowe
zadanie!!!**

Wdrażanie projektu
promocji zdrowia pracowników szkoły
jest długotrwałym procesem

Wsparcie

Wytrwałość

Cierpliwość

Środki

**Zrozumienie
istoty promocji
zdrowia**

**Kompetencje w
zakresie
planowania i
ewaluacji**

**Motywacja i
zaangażowanie
wszystkich
pracowników**

Współpraca

Czas

W przededniu ewaluacji końcowej

1. 21 szkół wytrzymało w projekcie
2. Wielu pracowników ma poczucie, że w czasie trwania projektu nastąpiły jakieś korzystne zmiany:
 - w ich dbałości o zdrowie
 - w szkole, miejscu ich pracy
 - zaczęto mówić o promocji zdrowia pracowników,
 - zachęcano do większej dbałości o zdrowie,
 - podjęto działania dla poprawy:
warunków, organizacji pracy, relacji interpersonalnych
3. Zdecydowana większość pracowników uważa, że działania na rzecz promocji zdrowia powinny być kontynuowane

Tytułem podsumowania

Serdecznie zachęcam do refleksji nad:

- własnym zdrowiem i samopoczuciem w szkole,
- zdrowiem i samopoczuciem innych,
- działaniami, które im sprzyjają!!!



Powodzenia!

**To inwestycja w siebie samego,
droga do poprawy swego samopoczucia,
a także jakości życia osobistego,
towarzyskiego i zawodowego!**

To kluczowy element wyróżniający szkołę promującą zdrowie!