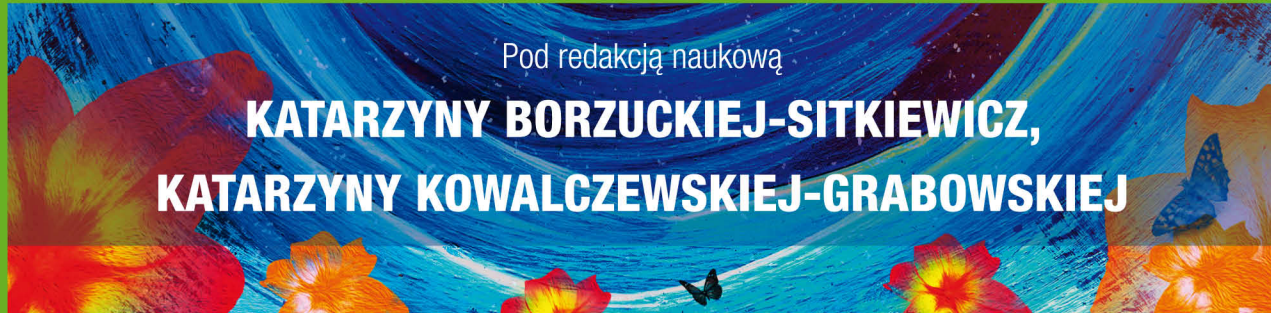




# **PROFILAKTYKA WYBRANYCH PROBLEMÓW ZDROWOTNYCH**

(w wymiarze edukacyjnym)



Pod redakcją naukową

**KATARZYNY BORZUCKIEJ-SITKIEWICZ,  
KATARZYNY KOWALCZEWSKIEJ-GRABOWSKIEJ**

**WYDAWNICTWO UNIWERSYTETU ŚLĄSKIEGO**

KATOWICE 2013

PROFILAKTYKA  
WYBRANYCH PROBLEMÓW  
ZDROWOTNYCH  
(w wymiarze edukacyjnym)



NR 3114

# PROFILAKTYKA WYBRANYCH PROBLEMÓW ZDROWOTNYCH (w wymiarze edukacyjnym)

Pod redakcją naukową  
Katarzyny Borzuckiej-Sitkiewicz,  
Katarzyny Kowalczewskiej-Grabowskiej

Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego



Katowice 2013

[Kup książkę](#)

Redaktor serii  
Katarzyna Krasoń

Recenzent  
Jolanta Wojciechowska

# Spis treści

|                                                                                                                                                                  |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Wstęp ( <i>Katarzyna Borzucka-Sitkiewicz, Katarzyna Kowalczevska-Grabowska</i> ) . . . . .                                                                       | 7   |
| Katarzyna Kowalczevska-Grabowska<br>Realizacja wybranych założeń Narodowego Programu Zdrowia w wymiarze lokalnym . . . . .                                       | 13  |
| Mateusz Gierczak<br>Dostosowanie programów profilaktycznych do aktualnych problemów zdrowotnych mieszkańców miasta Ruda Śląska . . . . .                         | 41  |
| Katarzyna Borzucka-Sitkiewicz<br>Kształtowanie pozytywnego wizerunku ciała jako element profilaktyki zaburzeń zdrowia somatycznego i psychospołecznego . . . . . | 55  |
| Karina Leksy<br>Otyłość jako wyznacznik psychospołecznego funkcjonowania dzieci i młodzieży w środowisku szkolnym . . . . .                                      | 79  |
| Dorota Gawlik<br>Nadwaga i otyłość dzieci w wieku szkolnym a promocja zdrowia . . . .                                                                            | 111 |
| Propozycje scenariuszy zajęć profilaktycznych . . . . .                                                                                                          | 137 |
| Zakończenie ( <i>Katarzyna Borzucka-Sitkiewicz, Katarzyna Kowalczevska-Grabowska</i> ) . . . . .                                                                 | 167 |
| Summary . . . . .                                                                                                                                                | 169 |
| Résumé . . . . .                                                                                                                                                 | 170 |

# Wstęp

Człowiek początku XXI stoi przed wieloma wyzwaniami i zagrożeniami współczesnej cywilizacji. Z jednej strony korzysta z dobrodziejstw technologicznych, zaawansowanych możliwości ekonomicznych, z drugiej – nie traktuje poważnie niebezpieczeństw ekologicznych, lekceważy zagrożenia i problemy zdrowotne, tj. niezdrowy styl życia, patologie, wysokie wskaźniki zachorowalności i śmiertelności z powodu chorób cywilizacyjnych. Chęć ograniczenia występowania wymienionych zjawisk stanowi przyczynę podejmowania różnorodnych inicjatyw profilaktycznych.

Zgodnie z definicją słownikową, profilaktyka to „ogół działań zapobiegających niepożądanym zjawiskom w rozwoju i zachowaniu się ludzi. W medycynie sprowadza się do zapobiegania chorobom, propagowania zasad racjonalnego żywienia, hartowania organizmu, prawidłowego łączenia pracy z wypoczynkiem oraz stwarzania innych warunków sprzyjających rozwojowi organizmu, w pedagogice – do zapobiegania powstawaniu u dzieci niepożądanych przyzwyczajęń i postaw, błędów w uczeniu się lub wad postaw ciała, w pewnym znaczeniu każde pożądane oddziaływanie pedagogiczne jest jednocześnie działaniem profilaktycznym, wytwarzając bowiem jakieś wartościowe cechy, jednocześnie zapobiega powstawaniu cech niepożądanych lub ich utrwaleniu”<sup>1</sup>.

Współczesna pedagogika (również pedagogika społeczna) jest dyscypliną otwartą i dopuszcza wielość rozwiązań teoretycznych i metodolo-

---

<sup>1</sup> R. CZERNICHOWSKA: *Profilaktyka, kompensacja, ratownictwo, pomoc – analiza pojęć i wzajemnych powiązań między nimi*. W: *Pedagogika społeczna*. Red. E. MARYNOWICZ-HEŃKA. T. 1. Warszawa: PWN, 2007, s. 113.

gicznych<sup>2</sup>. Otwiera się na współpracę z przedstawicielami innych nauk, co niewątpliwie dostarcza nowej wiedzy i nowych doświadczeń badawczych<sup>3</sup>. Ponadto coraz częściej umiejscawia analizowane problemy w określonej przestrzeni społecznej, którą zazwyczaj utożsamia się z mniejszą lub większą grupą ludzi zamieszkujących na wspólnym terenie i połączonych siecią wzajemnych relacji. Przestrzenie takie są nieustannie tworzone w relacyjnym i interakcyjnym procesie zachodzącym między środowiskiem życia a społecznymi strukturami i dobrami, dlatego podczas definiowania tych przestrzeni używa się terminu „*spacing*”, oznaczającego dostosowywanie się ludzi do subiektywnie postrzeganych i/lub materialnie zastanych miejsc, które w ten sposób stają się przestrzemią o nowej jakości<sup>4</sup>. W przestrzeni społecznej umiejscowiona jest przestrzeń edukacyjna, która obejmuje wpływy wychowawcze i konteksty socjalizacyjne. Składają się na nią nie tylko zjawiska edukacyjnie pożądane, lecz także negatywne przejawy funkcjonowania socjalnego i instytucjonalnego, tworzące patologiczny obszar stosunków społecznych oraz sposobów pełnienia ról<sup>5</sup>. Jak podkreśla Kazimierz Wojnowski, „różnorodność i złożoność zjawisk dysfunkcji o charakterze ograniczoności cech osobowościowych i biogennych, w tym zdrowotnych, szczególnie uzewnętrzniających się w środowisku szkoły i szerzej w wychowawczym, powiększa złożoność obrazu środowiskowej przestrzeni edukacyjnej”<sup>6</sup>. Umiejętne budowanie takiej przestrzeni może przyczynić się do zmniejszenia dysfunkcjonalności oraz tworzenia konstruktywnych rozwiązań w wymiarze zarówno indywidualnym, jak i społecznym.

Z wymienionych względów złożoność i interdyscyplinarność poruszanych w niniejszej pracy zagadnień dotyczy zakresu nie tylko pedagogiki

---

<sup>2</sup> D. KUBINOWSKI: *Przyrodnicze i humanistyczne podstawy badań pedagogicznych*. W: *Podstawy metodologii badań w pedagogice*. Red. S. PALKĄ. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2010, s. 43.

<sup>3</sup> S. PALKĄ: *Badania z pogranicza pedagogiki i innych nauk*. W: *Podstawy metodologii badań w pedagogice...*, s. 338.

<sup>4</sup> J. SURZYKIEWICZ: *Przestrzenno-społeczna orientacja w pedagogice społecznej i pracy socjalnej (wybrane koncepcje i doświadczenia)*. „Pedagogika Społeczna” 2011, nr 3–4 (41–42), s. 51.

<sup>5</sup> K. WOJNOWSKI: *Początek przestrzeni...* W: *O przestrzeni edukacyjnej. Chaos, żywioły, ład*. Red. K. WOJNOWSKI, M. MARCINKOWSKI. Kalisz–Poznań: Wydawnictwo Uniwersytetu Adama Mickiewicza, 2009, s. 5–8.

<sup>6</sup> Ibidem, s. 6.

(pedagogiki społecznej, pedagogiki zdrowia), lecz także socjologii i medycyny, które analizowane są z perspektywy ich kontekstu edukacyjnego. W naszej publikacji prezentujemy Czytelnikowi pięć artykułów, których celem jest próba teoretycznego ujęcia wybranych problemów zdrowotnych oraz syntetyczna analiza najczęstszych oddziaływań profilaktycznych w tym zakresie. Dwa z przygotowanych artykułów mają charakter *stricte* poglądowy, w pozostałych tekstach zaprezentowano badania diagnostyczne, a formułowane problemy badawcze mają postać pytań o zmienne (nie zaś o relacje pomiędzy zmiennymi). Znalezienie odpowiedzi na pytania o zmienne pozwala „zdobyć informacje na temat stanu faktów, zjawisk i procesów pedagogicznych. Wiedza taka ma wartość poznawczą zarówno dla teoretyka, jak i dla praktyka; ten ostatni dzięki niej lepiej się orientuje w praktyce, łatwiej podejmuje trafne decyzje”<sup>7</sup>. Z wymienionych względów w artykułach o charakterze badawczym zrezygnowano z formułowania hipotez.

Wszystkie zamieszczone w niniejszym tomie artykuły badawcze mają jednolitą strukturę; w pierwszej części tekstu znajduje się opis celów i problemów badawczych, następnie charakterystyka teoretycznych podstaw analizowanych zagadnień oraz prezentacja wyników przeprowadzonych badań.

W tekście otwierającym opracowanie – *Realizacja wybranych założeń Narodowego Programu Zdrowia w wymiarze lokalnym* – jego Autorka Katarzyna Kowalczevska-Grabowska prezentuje stopień realizacji celu nr 12 NPZ, tj. zadanie „aktywizacji jednostek samorządu terytorialnego i organizacji pozarządowych na rzecz zdrowia społeczeństwa” w województwie śląskim, a następnie odnosi go do konkretnych działań podejmowanych przez samorządy lokalne w dwóch miastach śląskich – w Chorzowie oraz w Tychach. Ukazuje również potencjał i wspólnotę działania całych społeczności lokalnych, szczególnie w odniesieniu do działań organizacji pozarządowych, walczących z zagrożeniami zdrowotnymi na terenie omawianych miast.

Mateusz Gierczak w tekście *Dostosowanie programów profilaktycznych do aktualnych problemów zdrowotnych mieszkańców miasta Ruda Śląska* również odniósł się do kwestii związanych z działalnością profilaktyczną

---

<sup>7</sup> S. PÁLKA: *Metodologia. Badania. Praktyka pedagogiczna*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2006, s. 16–17.

na terenie określonej społeczności lokalnej, Autor szczegółowo analizuje sytuację zdrowotną mieszkańców Rudy Śląskiej i zestawia tę sytuację z realizowanymi dotychczas działaniami profilaktycznymi.

Kwestie związane z percepcją własnego ciała podejmuje Katarzyna Borzucka-Sitkiewicz w artykule *Kształtowanie pozytywnego wizerunku ciała jako element profilaktyki zaburzeń zdrowia somatycznego i psychospołecznego*. Autorka prezentuje zagadnienia etiologiczne i epidemiologiczne dotyczące percepcji własnego wyglądu, koncentruje się zwłaszcza na wpływach społecznych indukujących określony sposób postrzegania własnej fizyczności/atrakcyjności, a co za tym idzie – podejmowanie zachowań pro- lub antyzdrowotnych. W tekście zostały też przedstawione propozycje systemowych działań profilaktycznych, mających na celu kształtowanie adekwatnego wizerunku ciała oraz zapobieganie występowaniu zachowań dezadaptacyjnych.

Karina Leksy w artykule *Otyłość jako wyznacznik psychospołecznego funkcjonowania dzieci i młodzieży w środowisku szkolnym* podjęła próbę ukazania znaczenia nadmiernej masy ciała dla psychospołecznego funkcjonowania dzieci i młodzieży w środowisku szkolnym. Analizy empiryczne potwierdzają istnienie stereotypu osoby otyłej, który jest istotnym źródłem negatywnych reakcji społecznych w stosunku do jednostek borykających się z problemem otyłości. Może to prowadzić do zaburzeń w funkcjonowaniu i rozwoju psychospołecznym dzieci oraz młodzieży z otyłością. Uświadomienie problemów, jakie mają uczniowie z nadmierną masą ciała, może zarówno stanowić podstawę działań profilaktycznych podejmowanych w szkole, jak i zapobiegać szeroko rozumianemu krzywdzeniu dzieci z nadwagą i otyłością.

Artykuły Katarzyny Borzuckiej-Sitkiewicz i Kariny Leksy mają charakter pogładowy.

Zagadnienia związane z nadwagą i otyłością podejmuje również Dorota Gawlik w artykule *Nadwaga i otyłość dzieci w wieku szkolnym a promocja zdrowia*. Aby przybliżyć problematykę powiązań otyłości dziecięcej ze stylem życia i z promocją zdrowia, Autorka przedstawia wnioski z przeprowadzonych badań, których celem były charakterystyka i porównanie stylu życia dzieci w wieku szkolnym uczęszczających do Szkoły Promującej Zdrowie oraz do szkoły podstawowej bez certyfikatu. Omawia również dostępność informacji dotyczących zdrowego stylu życia oraz

charakteryzuje działania związane z zapobieganiem otyłości prowadzone w Szkole Promującej Zdrowie.

Dodatkowym atutem niniejszej publikacji mogą okazać się przykłady scenariuszy zajęć profilaktycznych. Wśród prezentowanych propozycji znalazły się scenariusze: „*Lepiej zapobiegać niż leczyć*” – profilaktyka w moim regionie, opracowany przez Mateusza Gierczaka, przygotowany z myślą o uczniach szkół ponadgimnazjalnych, „*Rak piersi – jakie działania powinnam przedsięwziąć, aby być zdrowa?*”. Zajęcia dotyczące edukacji zdrowotnej z zakresu profilaktyki raka piersi, przygotowany przez Martynę Ostapkiewicz, czy *Stereotypy i uprzedzenia*, autorstwa Anny Lewan. Ciekawą propozycją wydaje się również scenariusz zajęć warsztatowych z promocji zdrowia „*Czy rozmiar mówi o człowieku?*”. O akceptacji osób z nadwagą i otyłością opracowany przez Agnieszkę Wysocką oraz Karolinę Jarczyńską.

Scenariusz *Nadwaga i otyłość – poważne zagrożenie dla naszego zdrowia. Jak mogę prowadzić zdrowy styl życia?* opracowany przez Dorotę Gawlik jest propozycją mającą na celu ukazanie niebezpieczeństw związanych z nadwagą i otyłością oraz kształtowanie potrzeby wdrażania zasad zdrowego stylu życia wśród młodych ludzi. Podobną tematykę zajęć warsztatowych podejmuje Magdalena Janusz w przygotowanym przez siebie scenariuszu „*Zdrowe odżywianie to nie słodczy i fast foodów kupowanie*”, którego celem jest zaprezentowanie skutków niewłaściwego odżywiania oraz ukazanie możliwości przygotowywania zdrowych posiłków. Ostatni scenariusz *Marchewka, brokuł i ananas – czyli o zdrowym żywieniu* dotyczy zajęć warsztatowych i został opracowany przez Annę Gacką i Magdalenę Kluczkę. Autorki miały na celu kształtowanie nawyków żywieniowych u dzieci w młodszym wieku szkolnym.

Wszystkie propozycje scenariuszy zostały opracowane przez studentów i absolwentów specjalności pedagogika zdrowia realizowanej na Wydziale Pedagogiki i Psychologii Uniwersytetu Śląskiego.

Niniejsza książka może okazać się przydatna pedagogom, socjologom, a nawet lekarzom zajmującym się problematyką zdrowia w wymiarze indywidualnym i lokalnym. Prezentowane scenariusze zajęć warsztatowych mogą stanowić inspirację, szczególnie dla nauczycieli, i przyczynić się do częstszego podejmowania podobnych inicjatyw profilaktycznych wśród dzieci i ludzi młodych.

Składamy serdeczne podziękowania wszystkim Osobom, które przyczyniły się do powstania niniejszej pozycji – wszystkim Autorom, formalnym i nieformalnym Recenzentom, Uczestnikom badań oraz wszelkim Osobom udostępniającym dane statystyczne. Poświęcony czas i zaangażowanie tych Osób były dla nas nieocenione.

*Katarzyna Borzucka-Sitkiewicz,  
Katarzyna Kowalczevska-Grabowska*

## Prevention of selected health problems (in an educational dimension)

Edited by Katarzyna Borzucka-Sitkiewicz,  
Katarzyna Kowalczevska-Grabowska

### Summary

The book consists of 5 articles (2 theoretical and 3 empirical ones) and plans of preventive lessons. All research articles included in the volume are homogeneous when it comes to their structure covering a description of aims and research problems in the first part of the text, as well as a characteristic of theoretical bases of the phenomena analyzed, and a presentation of the results coming from the research conducted. Next, the following issues are analyzed:

- *Realization of selected assumptions of the national health programme in a local dimension* (written by Katarzyna Kowalczevska-Grabowska);
- *Adjusting the preventive programmes to the current health problems experienced by inhabitants of Ruda Śląska* (written by Mateusz Gierczak);
- *Shaping a positive image of the body as a preventive element of the somatic and psychosocial health disorder* (written by Katarzyna Borzucka-Sitkiewicz);
- *Obesity as a determinant of a psychosocial functioning of children and the youth in a school environment* (written by Karina Leksy);
- *Overweight and obesity of school age children and health promotion* (written by Dorota Gawlik).

The book in question may become useful for pedagogues, sociologists or even doctors dealing with health issues in an individual and local dimension. The plans of workshops, on the other hand, may constitute inspiration, especially for teachers, and contribute to taking up similar preventive initiatives among children and the young more often.

## La prévention des problèmes de santé choisis (dans le Cadre de l'éducation)

Sous la rédaction de Katarzyna Borzucka-Sitkiewicz,  
Katarzyna Kowalczevska-Grabowska

### Résumé

Le livre se compose de 5 articles (2 théoriques et 3 empiriques) ainsi que des scénarios des cours de prévention. Tous les articles du volume présentent la structure uniforme, qui comprend la description des objectifs et des problèmes de recherche dans la première partie du texte, la caractéristique de la base théorique des questions analysées et la présentation des résultats de recherches menées. Les questions suivantes sont abordées :

- *La réalisation des principes du programme national de santé au niveau local* (écrit par Katarzyna Kowalczevska-Grabowska);
- *L'adaptation des programmes de prévention aux problèmes de santé actuels des habitants de ville de Ruda Śląska* (écrit par Mateusz Gierczak);
- *La formation d'une vision positive du corps comme élément de prévention des troubles somatiques et psychosociaux* (écrit par Katarzyna Borzucka-Sitkiewicz);
- *L'obésité comme facteur du fonctionnement psychosocial des enfants et des adolescents dans le milieu scolaire* (écrit par Karina Leksy);
- *L'embonpoint et l'obésité des enfants à l'âge scolaire et la promotion de la santé* (écrit par Dorota Gawlik).

Le livre présent peut être utile pour les pédagogues, les sociologues et même les médecins qui s'occupent de la problématique de santé au niveau individuel et local; les scénarios de cours inclus peuvent être une inspiration, surtout pour les enseignants, et contribuer plus souvent à une prise d'initiative de prévention en cas d'enfants et d'adolescents.

Redaktor  
Magdalena Starzyk

Projektant okładki  
Tomasz Bagiński

Redaktor techniczny  
Małgorzata Pleśniar

Korektor  
Mirosława Żłobińska

Łamanie  
Bogusław Chruściński

Copyright © 2013 by  
Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego  
Wszelkie prawa zastrzeżone

ISSN 0208-6336  
ISBN 978-83-226-2221-6  
(wersja drukowana)

ISBN 978-83-8012-241-3  
(wersja elektroniczna)

Wydawca  
Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego  
ul. Bankowa 12B, 40-007 Katowice  
www.wydawnictwo.us.edu.pl  
e-mail: wydawus@us.edu.pl

---

Wydanie I. Ark. druk. 10,75. Ark. wyd. 11,0.  
Papier offset. kl. III, 90 g      Cena 20 zł (+ VAT)

---

Druk i oprawa: PPHU TOTEM s.c.  
M. Rejnowski, J. Zamiara  
ul. Jacewska 89, 88-100 Inowrocław

[Kup książkę](#)



Złożoność i interdyscyplinarność poruszanych w pracy problemów sytuuje je wśród zagadnień z zakresu nie tylko pedagogiki (pedagogiki społecznej, pedagogiki zdrowia), lecz także socjologii i medycyny. Profilaktyka problemów zdrowotnych analizowana jest z perspektywy ich kontekstu edukacyjnego. W naszej publikacji prezentujemy Czytelnikowi pięć artykułów, których celem jest próba teoretycznego ujęcia wybranych problemów zdrowotnych oraz syntetyczna analiza najczęstszych oddziaływań profilaktycznych w tym zakresie. Dodatkowy atut książki mogą stanowić propozycje scenariuszy zajęć profilaktycznych.

Niniejsza książka może okazać się przydatna pedagogom, socjologom, a nawet lekarzom zajmującym się problematyką zdrowia w wymiarze indywidualnym i lokalnym, a prezentowane scenariusze zajęć warsztatowych mogą stanowić inspirację, szczególnie dla nauczycieli, i przyczynić się do częstszego podejmowania podobnych inicjatyw profilaktycznych wśród dzieci i ludzi młodych.



**CENA 20 zł (+ VAT)**  
**ISSN 0208-6336**

[Kup książkę](#)

