

Edukimi Cilësor Shëndetësor Lidhet me Nxënës më të Shëndetshëm

Një Burim për Familjet dhe Komunitetet

“Më pëlqen ora e shëndetit sepse na ndihmon të mësojmë për trupin tonë, si funksionon, dhe si ta mbajmë të shëndetshëm e të kemi një jetë të mirë gjatë gjithë jetës sonë.”

— Nxënës i shkollës së mesme të ulët në NYC

Të rinjtë e sotëm po përballen me sfida të paprecedentë fizike dhe mendore.^{1,2,3} Sigurimi që nxënësit të marrin Edukimin Shëndetësor cilësor mund të ndihmojë në adresimin e këtyre nevojave shëndetësore. Një studim i fundit i kryer nga Shkollat Publike të Qytetit të Nju Jorkut tregoi se shkollat e mesme dhe të larta që përqendrohen në katër aspekte kryesore të Edukimit Shëndetësor kanë nxënës më të shëndetshëm:



Trajnimi i Mësuesve të Shëndetit

Shkollat Publike të Qytetit të Nju Jorkut ofrojnë trajnim për mësuesit e shëndetit në të gjithë qytetin. Shkollat ku të paktën një mësues ka marrë pjesë në një trajnim të fundit për Edukimin Shëndetësor priren të kenë nxënës më të shëndetshëm.



Qëndrueshmëria e Mësuesve të Shëndetit

Në disa shkolla, mësuesit e lëndës së shëndetit ndryshojnë çdo vit. Në shkollat ku të njëjtët mësues japin orët e shëndetit për të paktën 2 vite rresht, nxënësit raportojnë sjellje më të shëndetshme.



Mësimi i Aftësive të Shëndetit

Një kurrikul cilësore përfshin një gamë të gjerë aftësish shëndetësore, si komunikimi, marrja e vendimeve, menaxhimi i stresit, dhe gjetja e burimeve të besueshme për shëndetin. Sa më shumë aftësi të mësohen në orën e shëndetit, aq më të shëndetshëm priren të jenë nxënësit.



Financimi për Këshillin e Mirëqenies së Shkollës

Një Këshill i Mirëqenies së Shkollës është një grup që përfshin prindër, nxënës, staf dhe anëtarë të komunitetit, të cilët punojnë me drejtuesit e shkollës për të mbështetur politikat e shëndetit dhe mirëqenies në shkollë. Nxënësit në shkollat që kanë kërkuar dhe marrë fonde për Këshillin e tyre të Mirëqenies zakonisht raportojnë sjellje më të shëndetshme.

“Mendoj se [ora e shëndetit] është shumë e rëndësishme, sepse trajton tema që ndodhin në jetën e vërtetë, si p.sh. kur rritesh, dhe nuk është diçka që s’e sheh më kurrë. Mendoj se është e rëndësishme sepse të mëson si të përballesh me situata kur të bëhesh i rritur.”

— Nxënës i shkollës së mesme të ulët në NYC

“[Në orën e shëndetit] mësova çfarë është një marrëdhënie e shëndetshme. Në familjen time nuk flasim shumë për ndjenjat, ndaj për mua marrëdhëniet e shëndetshme nuk ishin diçka me të cilën isha mësuar.”

— Nxënës i shkollës së mesme të lartë në NYC





"Gjatë njësies për parandalimin e përdorimit të drogave, mësuesja na mësoi si mund të na nxisin bashkëmoshatarët për të provuar droga, dhe si mund të themi 'jo' në mënyra pozitive."

— Nxënës i shkollës së mesme të ulët në NYC

"[Në Këshillin tonë të Mirëqenies së Shkollës] jemi përqendruar në shëndetin dhe mirëqenien e gjithë komunitetit shkollor. Veçanërisht të nxënësve, por edhe të mësuesve."

— Mësues i shkollës së mesme në NYC

Ja si mund të mbështesni Edukimin Shëndetësor në Qytetin e Nju Jorkut

Mësoni më shumë rreth Edukimit Shëndetësor në Shkollat Publike të Qytetit të Nju Jorkut

- **Kërkesat për Edukimin Shëndetësor**
- **Shkollat Publike të Nju Jorkut Rregullorja e Mirëqenies së Shkollave në Nivel Qyteti**
- Bisedoni me një të ri që njihni për Edukimin Shëndetësor që merr në shkollë: Sa shpesh zhvillohen orët e shëndetit? A kanë një mësues tek i cili besojnë?
- Flisni me mësuesin e shëndetit dhe drejtorin e shkollës suaj: Cilin kurrikul të Edukimit Shëndetësor përdor shkolla? Kush i zhvillon orët e mësimit? Tregojuni pse kjo është e rëndësishme për ju.

Përfshihuni

- Merrni pjesë në mbledhjet e shkollës dhe bëni që zëri juaj të dëgjohet. Mësoni si mund të përfshihenit përmes mundësive për **Fuqizimin e Familjeve**.
- Kontaktoni **Koordinatorin e Mbështetjes për Familjet e Distriktit ose Koordinatorin e Udhëheqjes**.

Lexoni më shumë rreth studimit

- **Studimi për Edukimin Shëndetësor: Raporti Teknik**

Keni pyetje? Kontakt wellness@schools.nyc.gov

Nga viti 2021 deri në vitin 2023, Zyra e Programeve të Mirëqenies së Shkollave pranë Shkollave Publike të Qytetit të Nju Jorkut studioi ndikimin e praktikave të Edukimit Shëndetësor në rezultatet e nxënësve. Vlerësimi përdori të dhëna statistikore dhe përvoja personale nga nxënësit, mësuesit dhe administratorët për të shqyrtuar praktikat efektive të Edukimit Shëndetësor dhe ndikimin e tyre në sjelljet që përbëjnë rrezik për shëndetin e nxënësit e shkollave të mesme dhe të mesme të larta. Gjetjet e paraqitura në këtë dokument bazohen në të gjitha këto të dhëna. Për më shumë informacion mbi metodat e përdorura, ju lutemi shikoni raportin teknik të lidhur më sipër.

Ky projekt u mundësua pjesërisht nga një grant i The New York Community Trust (Besimi i Komunitetit të Nju Jorkut) për The Fund for Public Schools (Fondi për Shkollat Publike). Aktivitetet kërkimore u zhvilluan nga Zyra e Programeve të Mirëqenies së Shkollave në bashkëpunim me Sharp Insight, LLC. Një falënderim i veçantë për shkollat, nxënësit, mësuesit dhe administratorët pjesëmarrës që ndanë përvojat e tyre.

¹Radhakrishnan L, Leeb RT, Bitsko RH, et al. Vizitat në Departamentin Pediatric të Urgjencës të lidhura me çrregullime të shëndetit mendor para dhe gjatë pandemisë COVID-19 – Shtetet e Bashkuara, janar 2019 – janar 2022. MMWR Morb Mortal Wkly Rep 2022;71:319–324. DOI: <http://dx.doi.org/10.15585/mmwr.mm7108e2>

²Zyra e Kirurgut të Përgjithshëm të Shteteve të Bashkuara (OSG), Departamenti i Shëndetit dhe Shërbimeve Njerëzore. Mbrotja e shëndetit mendor të të rinjve: Njoftim nga Kirurgu i Përgjithshëm i SHBA-së. 2021. <https://www.hhs.gov/sites/default/files/surgeon-general-youth-mental-health-advisory.pdf>

³Akademia Amerikane e Pediatrisë (AAP). Organizatat shëndetësore i kërkojnë administratës Biden të shpallë një emergjencë kombëtare për shëndetin mendor të fëmijëve. 2022. <https://www.aap.org/en/news-room/news-releases/aap/2022/health-organizations-urge-the-biden-administration-to-declare-a-federal-national-emergency-in-childrens-mental-health/>