

# GLEDALIŠKA IGRA V PROMOCIJI ZDRAVEGA NAČINA ŽIVLJENJA OTROK

Branislava Belović

Danes imamo vse več dokazov o primernosti in uspešnosti promocije zdravja otrok z igro, zabavo in humorjem. Ta pristop se že dalj časa uspešno uporablja v vzgoji in izobraževanju.

Gledališče kot izobraževalni medij uporablja zabavo in humor, da bi pritegnil otroško pozornost. Uči z interakcijo med dejanskim in izmišljenim kontekstom. Uporaba gledališke igre (dramska igra, lutkovna igra) v promociji zdravja, enako kot v procesu izobraževanja, uspešno bogati tradicionalne metode, prinaša boljšo komunikacijo, spodbuja identifikacijo in spontano izražanje misli in čustev ter simbolično mišljenje na najvišji stopnji. Gledališče je v tem primeru medij za učenje in poučevanje (tudi vsebin s področja krepitev in varovanja zdravja) ter otrokov celostni razvoj. Lahko jo uporabimo za promocijo zdravja na področju prehrane, telesne dejavnosti, za preprečevanje uživanja drog in alkohola ...).

Uporaba gledališke igre v izobraževanju in promociji zdravja sloni na socialno-kognitivni teoriji. Podprta je z idejo, da se posameznik uči z opazovanjem drugih in sprejema povratne informacije od drugih. Gre za samorefleksijo in interakcijo med osebo in okoljem. Na splošno je cilj ozaveščanje, dvig znanja, sprememba stališč ali obnašanja (včasih vseh treh) pri udeležencih, kar naj prispeva k boljšemu zdravju. Učinki promocije zdravja z gledališko igro so najpogosteje kratkoročni, izjemoma dolgoročni, in to predvsem na področju znanja, obnašanja in stališč.

Spodbujanje zdravja z gledališko igro je uspešnejše, če poleg igre vsebuje še druge aktivnosti in vključuje tudi starše. Gledališka igra, v kateri so otroci igralci, je med drugim odlično orodje za posredovanje sporočila staršem, ki v tem primeru postanejo bolj pozorni in dovzetni za ta sporočila. Sama gledališka igra je lahko tudi odskočna deska za pogovor o kaki temi s področja krepitev in varovanja zdravja.

V promocijo zdravja otrok lahko uspešno vključimo profesionalno ali amatersko izvedbo, ki jo pripravijo vzgojitelji/učitelji bodisi sami bodisi v sodelovanju z otroki oziroma učenci. Ker si vzgojitelji in učitelji med izobraževanjem pridobijo primerna znanja s tega področja, lahko ta pristop uspešno uporabljajo tudi pri spodbujanju zdravega načina življenja otrok.

Prav tako je danes možno najti zelo dobre gledališke igre, ki obravnavajo tematiko zdravja, izvajajo pa jih profesionalne skupine. Ponudba tovrstnih gledaliških iger je cenovno dostopna.

Najbolj nazorno lahko tovrstno gledališče prikažemo na primeru gledališča KU-KUC. Gledališče deluje več kot eno desetletje in je eno najbolj prepoznanih gledališč za otroke v državi. Poleg zabave in estetskega doživetja predstave najmlajšim podajajo tudi zelene vrednote. Tako na zabaven način vzgajajo in učijo otroke tudi o zdravem življenju, gibanju in pomenu zdrave prehrane ... Predstave so izrazito interaktivne in v njih vsi otroci postanejo del odra, kar še dodatno prispeva k spodbujanju zdravja. Zgovoren primer gledališke igre je predstava *Vse najboljše zate*. Igra podaja pomen zajtrka, zdrave prehrane, spoznavanje prehranske piramide, zdravega načina življenja in gibanja.

Predstava *Vse najboljše zate* je z vidika promocije zdravja izjemno dober in inovativen pouk oziroma metoda spodbujanja zdravega načina prehrane otrok. Obenem na igriv način ozavešča odrasle (strokovne delavce, starše). Prav tako strokovnim delavcem daje iztočnico za obravnavo zdrave prehrane na različnih stopnjah poučevanja in vzgoje. Pomembnost predstave kot pristopa in metode spodbujanja zdravega načina življenja potrjujejo tudi izsledki raziskav.

Predstava je čudovito doživetje za otroke in odrasle. Pri odraslih prebudi otroka, ki doživi predstavo na otroški, igriv in zabaven način. Med drugim je tudi enkratni način za zmanjševanje stresa. Torej, korist je dvakratna – za otroke in za starše.

## LITERATURA

1. Belovič B, Verban Buzeti Z, Papič J, et al. Praktični pristopi spodbujanja zdravja otrok. Priročnik za vzgojitelje in učitelje. Murska Sobota: Zavod za zdravstveno varstvo Murska Sobota, 2013.
2. Bandura A. Social foundations of thought and action: a social cognitive theory. Englewood Cliffs NJ: Prentice-Hall, 1986.
3. Cheadle A, Cahill C, Schwartz PM, Edmiston J, Johnson S, Davis L et al. Engaging youth in learning about healthful eating and active living: an evaluation of educational theater programs. *J Nutr Educ Behav* 2012; 44: 160–5. [citirano 2014 Dec 12] Dosegljivo na: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1499404611004623>
4. Cronauer G, Zareff S, Ainslee D, Boa A, Bogart A, Coleman C, et al. Theatre-based techniques for youth peer education: a training manual. United Nations population fund and Youth peer education network (Y-PEER) New York, 2005. [citirano 2015 Sep 10] Dosegljivo na: [www.unfpa.org/webdav/site/global/.../ypeer\\_theatre.pdf](http://www.unfpa.org/webdav/site/global/.../ypeer_theatre.pdf)
5. Joronen K, Rankin S.H, Astedt-Kurki P. School-based drama intervention in health promotion for children and adolescents: systematic review. *J Adv Nurs* 2008; 63: 116–31.
6. Neumark-Sztainer D, Haines J, Robinson-O'Brien R, Hannan J, Robins M, Morris B, et al. "Ready. Set. Action!" A theater-based obesity prevention program for children: a feasibility study. *Health Educ Res* 2009; 24: 407–20. [citirano 2015 Oct 5] Dosegljivo na: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2682640/>

7. Perry CL, Zauner M, Oakes JM, Taylor G, Bishop DB. Evaluation of a theater production about eating behavior of children. *J Sch Health* 2002; 72: 256–61. [citirano 2015 Oct 2]  
Dosegljivo na: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1746-1561.2002.tb07339.x/pdf>
8. Synovitz LB. Using puppetry in a coordinated school health program. *J Sch Health* 1999; 69: 145–7.
9. Joronen K, Häkämies A, Åstedt-Kurki P. School-based drama, health and wellbeing: Challenges to studying its effectiveness. *Education and Health*, 2012. [citirano 2015 Oct 7]  
Dosegljivo na: <http://sheu.org.uk/x/eh303kj.pdf>