Hoekom geestesgesondheidslesse in skole vir SA se kinders en tieners saak maak

Bronwyne Coetzee*

Ek het onlangs aan ʼn debatreeks oor die toekoms van universele of skoolwye geestesgesondheidsingrypings deelgeneem wat in die *Journal of Child and Adolescent Mental Health* verskyn het. Hierdie ingrypings het ten doel om álle leerders in skole te bereik, nie net diegene wat reeds as hulpbehoewend geïdentifiseer is nie. Die doel van die meeste van hierdie ingrypings is om kinders met vaardighede toe te rus wat hulle geestesgesondheid en welstand beskerm en hulle te help om meer geteikende ondersteuning te soek wanneer uitdagings opduik.

Skeptisisme oor dié benaderings het wêreldwyd toegeneem. Groot studies in hoë-inkomstelande waarin deelnemers ewekansig toegewys is (ewekansige gekontroleerde proewe), het getoon hierdie benaderings het ʼn beskeie of gemengde uitwerking en in ʼn paar gevalle was daar geen meetbare verbetering nie of selfs verergering van simptome van algemene geestesgesondheidstoestande soos depressie. Hierdie bevindings het twyfel oor die verdienste van skoolwye geestesgesondheidslesse laat ontstaan.

Die studies het egter ook ʼn belangrike kwessie aan die lig gebring: Programme soos hierdie wat uitgebrei word sonder dat dit vir plaaslike werklikhede pasgemaak word, fasiliteerders behoorlik voorberei word of jong mense se stemme ingesluit word, sal waarskynlik nie slaag nie. Die les is nié dat skole nie ʼn rol in die vroeë identifisering of voorkoming van geestesgesondheidsprobleme kan speel nie, maar eerder dat die sukses van die benaderings net soveel afhang van hoe, wanneer en deur wie dit aangebied word as deur die inhoud daarvan.

Met die herdenking van Wêreldgeestesgesondheidsdag op 10 Oktober moet ons erken die behoefte aan geestesgesondheidsondersteuning onder kinders en jong mense in Suid-Afrika is dringend. Geestesgesondheidsprobleme onder jong mense neem wêreldwyd toe, maar plaaslike kinders word aan bykomende stresfaktore blootgestel, byvoorbeeld armoede, skool- en gemeenskapsgeweld en voortgesette ongelykheid. Gespesialiseerde geestesgesondheidsdienste bereik slegs ʼn klein groepie van diegene wat sorg nodig het. Skole is dus die praktiesste platform vir die voorkoming en vroeë ondersteuning omdat dit die plek is waar die meeste kinders en jong mense toegang daartoe kan verkry. Bewyse uit hoë-inkomstelande is weliswaar belangrik en moet oorweeg word, maar kan nie gebruik word om die behoefte aan en waarde van skoolgebaseerde benaderings soos hierdie in kontekste soos ons s'n – waar uitdagings en hulpbronne fundamenteel verskil – af te maak nie.

Bemoedigende bevindings van plaaslike skoolwye loodsstudies toon dat die nastrewing van hierdie benaderings in Suid-Afrika aanvaarbaar en haalbaar is. ʼn Voorbeeld is Four Steps to My Future (4STMF), ʼn klaskamergebaseerde program van agt sessies wat op kognitiewe gedragsterapiebeginsels (tegnieke om die skakels tussen gedagtes, emosies en gedrag te verken) gegrond is. Die program is met die hulp van jong mense, hulle ouers, onderwysers en skoolberaders ontwikkel en is deur opgeleide nagraadse sielkundestudente aangebied wat saam met die nieregeringsorganisasie Community Keepers in twee openbare laerskole in die Wes-Kaap werk. Meer as 80% van gr 5-leerders in daardie skole het daaraan deelgeneem. Onderwysers het hoë lof vir die fasiliteerders gehad en kinders het gesê hulle het die sessies geniet en kon die vaardighede by die huis toepas.

Bevindings het voorts getoon dat deelnemers se selfbeeld en emosionele regulering verbeter het en ʼn dringende behoefte is geïdentifiseer om ouers en versorgers by skoolgebaseerde geestesgesondheidsinisiatiewe te betrek sodat vaardighede by die huis versterk en die geestesgesondheid van versorgers moontlik ook ondersteun kan word. Hierdie resultate het getoon dat opgeleide nie-spesialiste skoolwye programme in hulpbronbeperkte skole kan aanbied.

Nog ʼn loodsstudie in Suid-Afrika, projek HASHTAG (Gesondheidsaksie in skole vir ʼn florerende generasie adolessente), is ook saam met adolessente ontwikkel met die doel om psigososiale ondersteuning in skole aan hulle te bied. Die program het op emosionele regulering, stresbestuur, hanterings- en probleemoplossingsvaardighede, gesonde verhoudings, selfgelding, aandagtigheid en ouderdomsgepaste dwelm- en alkoholbewustheid gefokus. Gedurende Projek HASHTAG is klas-groepsessies met aktiwiteite gekombineer om ʼn positiewe skoolkultuur te bevorder en leerders kon hulle stem deur Skoolaksiegroepe laat hoor. Soos met 4STMF, het leerders verkies dat die program deur eksterne fasiliteerders aangebied word, wat op die behoefte aan ʼn taakverdelingsbenadering in Suid-Afrikaanse skole dui.

Ofskoon loodsstudies soos hierdie belowend is, is die omvang daarvan klein en bied dit slegs inligting oor of skole sal instem om deel te neem, of fasiliteerders doeltreffend opgelei kan word en of leerders aktief by die inhoud betrek word. Daarenteen is studies wat verskillende groepe ewekansig vergelyk, groter en strenger en lig dit ons in of verbeterings in geestesgesondheid en welstand deur die program self of deur ander faktore teweeggebring word.

4STMF, HASHTAG en ander soortgelyke projekte in Suid-Afrika moet nou deur middel van ewekansige gekontroleerde proewe getoets word wat die diversiteit van plaaslike skole in ag neem. Sodanige navorsing sal lig op die invloed van konteks op lewering werp, asook op watter beleggings en aanpassings vir verskillende skoolomgewings nodig is om volhoubare uitbreiding te ondersteun. As hierdie lesse uiteindelik in die nasionale skoolkurrikulum geïnkorporeer en deur onderwysers aangebied word, sal hulle geestesgesondheid en welstand ook voorrang moet geniet om hulle inkoop en volhoubare lewering te verseker.

As skoolwye geestesgesondheidslesse doeltreffend in werking gestel word, het dit die potensiaal om ʼn rimpeleffek verder as skole en dwarsdeur ʼn hele gemeenskap te hê. Geteikende beleggings in en die invloed van jong stemme op sulke inisiatiewe sal nodig wees om te vorder van belowende loodsstudies tot toepassings wat nasionale voordeel vir Suid-Afrika inhou. Dit sal verseker dat alle leerders, ongeag hulle skool se hulpbronne of waar hulle woon, met die vaardighede toegerus word wat nodig is om te floreer.

** Bronwyne Coetzee is ʼn medeprofessor in die Departement Sielkunde aan die Universiteit Stellenbosch.*