

21世纪教育新视点丛书 张新洲 主编

健康教育：

世纪的呼唤

——中外学校健康教育比较

王建平 著

中国青年出版社

健康教育： 世纪的呼唤

——中外学校健康教育比较

王建平 著

中国青年出版社

(京)新登字 083 号

图书在版编目 (CIP) 数据

健康教育：世纪的呼唤/王建平著. —北京：中国青年出版社，2001

(21 世纪教育新视点丛书)

ISBN 7-5006-4387-X

I. 健... II. 王... III. 学生—健康教育—研究
IV. G479

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第 038140 号

*

中国青年出版社出版 发行

社址：北京东四12条21号 邮政编码：100708

网址：www.cyp.com.cn

保定市博文印刷厂印刷 新华书店经销

*

850 × 1168 1/32 10 印张 220 千字

2001 年 7 月北京第 1 版 2001 年 12 月第 2 次印刷

定价：16.00 元

21 世纪教育新视点丛书

中国教育报刊社图书编辑中心 编

编 委 会

主 编 张新洲

副 主 编 周海涛 贾东辉 李成厚

编 委 (按姓氏笔画为序)

王建平 王佐科 巩 发

李如密 李尚学 高兴和

龚春燕 裴玉梅 薛天祥

序

健康是人人都重视的问题。但在当代社会深刻变迁中,健康的概念已有了引人注目的发展。正如世界卫生组织认可阐述的,健康概念应包括生理健康、心理健康、社会适应性和道德健康。这是一种全新的大健康观。在这种大健康观影响下的健康教育受到世界各国高度重视,这种健康教育的对象不仅是生理疾病的患者,甚至也不仅是那些有心理障碍的人,而是所有的人。其中青少年的健康教育问题尤其受到重视。

为什么在科技迅速发展的今天,在知识经济初露端倪的时代,人们把目光投放到健康教育上,提出了内容丰富的新的健康教育概念呢?这里边有着很多深刻的社会历史原因,其中一个重要的原因就是西方发达国家在现代化过程中由于对自然的掠夺,造成了人类生存环境的破坏;由于对“物”的过度重视导致了人的精神的缺失,马克斯·韦伯认为,西方资本主义国家“理性化过程导致了科学、道德、艺术的最终分离”。另一位西方学者马尔库塞也曾指出,西方社会造就的是单项度的人。西方世界的健康问题比比皆是。西方社会道德危机在青少年中间反映尤其突出,如美国的学校暴力,日本的校园欺侮,许多西方国家学生吸毒现象日益恶化,这些都极大地损害着青少年的身心健康,引起了国际社会的高度重视,为了摆脱危机,寻找可持续发展的

路径,都十分关注健康教育的问题,俄罗斯还提出把普通中小学办成建立健康教育的学校。

在我国,改革开放以来,我们在现代化历史进程中坚持精神文明建设和物质文明建设两手都要抓两手都要硬的原则。2000年初江泽民同志发表了关于教育问题的谈话。其中特别要求中小学教育的改革应该使我国青少年和谐发展,健康成长。我国一些教育学者,以高度的责任感和学术勇气,深入开展对健康教育的理论研究,王建平同志就是其中一位,由于工作关系,我曾经读过他撰写的有关论文和译作,并从中受到不少启发。现在,王建平同志在紧张工作的同时辛勤笔耕,又推出了新作《中外学校健康教育比较》。这部著作从多学科视野对健康教育的许多基本问题都进行了历史与现实相结合的考察,特别是触及了健康教育面临的一些尖锐问题。同时又对日本、美国、俄罗斯等国家实施健康教育的情况作了尽可能详细的叙述,为我国更好的开展学校健康教育提供了可以参照的国际事例。可以说,这是我国比较教育领域第一部关于健康教育的专著,具有填补空白的性质,这是从学术上讲。但我以为更重要的是,这部著作及时地回应了中国教育改革实践对健康教育经验与理论的急切呼唤,这部书的出版对于我国中小学健康教育的实施,对于全面推进素质教育,都是有益的。

人总是要有所追求的,王建平同志在健康教育比较研究中,表现出了对健康教育事业的热爱和执着不倦的追求,他锲而不舍,做了十分有益的尝试。王建平同志嘱我对他的新作写点什么,我很高兴就写了上面这些话。是以为序。

王长纯

2001年4月10日

目 录

第一章 导论	(1)
第一节 健康:现代科技发展的时代	(1)
第二节 健康教育的历史发展	(7)
第三节 健康概念的内容结构	(17)
第四节 健康概念的基本属性	(21)
第五节 健康的标准问题	(23)
第二章 健康教育:新时期教育发展的主旋律	(26)
第一节 健康教育的历史责任感	(26)
第二节 健康教育的现代内涵	(30)
第三节 健康与教育之间的关系	(35)
第四节 健康教育的必要性	(38)
第五节 学校健康教育中的几个认识问题	(42)
第六节 学校健康教育的性质、对象以及任务	(44)
第三章 国际健康促进与健康计划概述	(48)
第一节 方兴未艾的健康促进	(48)
第二节 健康管理与健康促进	(56)
第三节 健康促进与生存发展观	(58)
第四节 健康促进的国际性机构及其会议	(59)

第五节 学校健康教育的研究原则与方法·····	(62)
第四章 学校保健教育之比较·····	(64)
第一节 学校保健教育的若干问题·····	(64)
第二节 欧美的学校保健教育·····	(68)
第三节 日本学校保健教育·····	(88)
第四节 学校保健内容结构·····	(111)
第五章 学校供餐教育之比较·····	(126)
第一节 学校供餐教育的基本问题·····	(126)
第二节 欧美学校供餐教育·····	(127)
第三节 日本学校的供餐教育·····	(136)
第六章 国际学校精神保健概述·····	(151)
第一节 学校精神保健的几个问题·····	(151)
第二节 欧美学校精神保健·····	(156)
第三节 日本学校精神保健·····	(170)
第四节 成人病的预防与对策·····	(175)
第七章 学校性教育之比较·····	(178)
第一节 学校性教育概述·····	(178)
第二节 学校性教育的几个问题·····	(181)
第三节 学校性教育的指导原则·····	(189)
第四节 家庭与社区的性教育·····	(193)
第五节 “艾滋病”(AIDS)与性教育 ·····	(197)
第六节 预防“艾滋病”的基本对策·····	(199)
第八章 国际学校环境教育概述·····	(203)
第一节 环境教育的几个问题·····	(203)

第二节 美国的环境教育·····	(209)
第三节 日本的环境教育·····	(220)
第九章 国际学校健康诊断概述·····	(228)
第一节 健康诊断的几个问题·····	(228)
第二节 学校健康诊断的基本内容·····	(231)
第三节 健康诊断的基本原则与方法·····	(235)
第四节 学校健康咨询·····	(237)
第十章 国际学校健康教育咨询应用概述·····	(247)
第一节 学校教育咨询室·····	(247)
第二节 教育咨询员的作用·····	(255)
第三节 教育咨询员的资质·····	(258)
第十一章 中国学校健康教育·····	(263)
第一节 近代学校体育卫生教育的历史回顾·····	(263)
第二节 新中国成立以前的学校卫生教育·····	(265)
第三节 新中国成立后健康教育发展的曲折 历程·····	(267)
第四节 中国学校健康教育的基本内容·····	(283)
第五节 我国学校健康教育发展中存在的问题·····	(290)
第十二章 学校健康教育的发展与展望·····	(293)
第一节 健康教育的发展与现状·····	(293)
第二节 学校健康教育的发展趋势·····	(298)
参考文献·····	(306)

第一章 导 论

伴随着世纪钟声的敲响,我们迈入到一个新的时代。在这世纪之交的时间里,人类将以怎样的姿态去迎接科学技术的发展所带来的社会变化的挑战,拥有健康无疑是取得胜利的先决条件。

第一节 健康:现代科技发展的时代

伴随着日新月异的科技革命,快速发展的信息化社会将人类带入到 21 世纪。以“人”为本、以“健康”为核心的现代社会发展理念,不仅在积极地推动社会物质与精神文明的建设,同时,也在不断地改变着人类的生活方式和行为方式,并且在以科学技术为基础所建构的社会文化里,人类自身的身心结构也在逐步地朝着我们所期望的健康轨迹发生变化。

健康,正在敲响世纪的钟声。

一、人类生存环境的改变来自于社会工业化的发展进程

工业革命以其前所未有的发展速度加快着人类社会的发展进程,“都市化”作为工业化的发展标志成为人类赖以生存的主要环境。都市化的发展也使人类自身的生存环境逐渐远离“生

存的母体”——自然,人类必须要适应自己建造的工业环境。与此同时,工业化环境改变了人类长期形成的传统生态系统,给人类自身稳定的生活方式与行为方式带来许多负面的影响,人类自身的健康系统正在经受着前所未有的挑战。环境改变的现实结果是,各种疾病有增无减。根据医学专家们的意见,人类所有层次的生活受到各种大规模的污染是问题的症结所在。其直接原因是工业化对环境造成的破坏。

美国政府于20世纪70年代的中期曾经就疾病与环境之间的关系发表过研究报告,报告指出,美国60—90%的各种癌症是由于人为环境因素造成的。除了大气污染对环境的破坏之外,还有人们的生活方式的改变,而生活方式的改变恰恰是由于我们的饮食环境发生了变化。例如,食物防腐剂、添加剂和无法断定的有毒化学物质等充斥在人们的日常生活中,使人们的身体健康潜伏着危险。另据专家研究,得出的结论是“人类天生就不适应高度工业化的石油化学环境”。而这些物质又恰恰成为人类今天生存与生活的主要依靠物质,它们不仅改变着人类的生存状态和生活方式,也在改变着我们的“基因”环境。

其实,在很早以前一些关心人类健康的学者就曾对此发出过警告,美国学者雷内·杜博斯在《适应中的人》一书中指出,有些基因类型对某种环境疾病的抵抗较弱,因此,较有可能受到传染。一般来说,在工业发达的环境里,疾病的主要原因来自非再生能源和其他耗费产生出的能源。尤其是在工业化发展的早期,这种危险程度对人类的健康造成的危害性就更大。

为此,从20世纪60年代开始,为了保护人们的健康利益,各国政府在制定社会经济发展政策之时,还在寻求帮助人们健康的发展计划,同时也在寻求支持建立健康制度的理论体系。

作为近代健康理论确立的思想,可以说是以技术为本位且受益于牛顿的力学思想的,其核心内容是:

任何有机体像机器一样,只要熟悉其结构和机能,就能拆卸和组装。在医学上,这种观点进一步使人相信,如果理解了疾病过程和人体反应,便可以利用物理(外科)、化学或电疗等手段进行治疗。^①

这一以技术为本位的力学理论不仅推动了近代医学技术的发展,同时也成为构成现代健康医学理论的重要基础。

但是,我们必须承认,近代健康医学理论及其技术并不是延长人类生命的唯一手段,但又不能否认它所引发的一场健康医学领域里的革命。时至今日,它在健康诊断与健康治疗中仍发挥着无可替代的作用。直到1999年世界卫生组织的统计结果表明,世界各国人均寿命又在延长,这不能不让人感觉到,近代“医疗技术”的重要作用仍然很大。那么,事实情况又如何?为了延长人类的生命,在寻求使某些疾病得到预防或根治方面,医疗技术和医疗手段的确发挥了重要的作用。但是,它并没有因此从根本上改变人们的死亡趋势。以医疗技术最为发达的美国为例,在“医疗技术”最为“信仰”的时期里,因疾病死亡的人数不仅没有减少,反而还出现了上升的发展趋势。据美国有关部门的统计,美国死于癌症、心脏病和肺病的人们1900年占死亡总数的12%、1940年占38%,到1976年则上升到59%。

一方面是人类寿命的不断延长,另一方面又出现疾病死亡总数的比例增高,表面看来是相互矛盾的,但是,仔细分析会发

① [美]特德·霍华德、杰里米·里夫金著:《熵:一种新的世界观》,上海译文出版社,第159页。

现,现代的医疗技术并没有从根本上改变人们的健康状况。最为典型的例证是:1974年,美国的医生们做了2,400万个不必要的手术,导致了11,900个不必要死亡的病例。而使人均寿命得以延长的真正动力机制,或新的健康促进模式则是积极的健康政策的实施和健康计划的落实,从而推动了“卫生设备和卫生状况的改进,以及营养条件的改善。”除此之外,现代以科学技术为手段的医疗保健制度的建立,可以说在延长人类寿命方面功不可没。而且健康的预防思想逐渐成为人们指导其生活方式和行为方式的新的健康理念,并成为人们的健康自觉。同时在健康教育的普及下,健康的生活方式、良好的生活习惯成为人们建构现代健康思想的重要内容。而以科学技术为基础的医疗技术则成为人们追求健康的基本条件。

我们可以认为,当我们将对未来充满激情的同时,又不能不以具有负责任的目光回眸历史给我们记录的沉重的脚步。

二、社会文化价值的改变源自于科学技术进步的影响

在工业化社会环境里,影响人类生命、生存质量或健康的另一重要的基本因素是日益凸显的现代精神疾病。现代社会发展的另一个显著特征是高速发展的信息化。以起因于复杂的社会结构为中心的健康障碍,日渐成为社会生活中的沉重负担。与其相对应的负面影响是人们精神负担的“超载”现象日益严重,我们不能不说,这是快速发展的工业化所“累”,以及大量的情报信息的增加所“致”。信息化使人们选择信息、接受情报而消耗精力,同时还经受着紧张与焦虑的困扰。由于缺少承受“超载”的心理准备和一定的社会支持与帮助,人们的身心健康受到了严重的影响。人们为了缓解压力、增进健康,必须要求得到社会

的支持与帮助,因此,与其相适应的帮助方式——健康服务,也就产生了。

20 世纪 70 年代的美国,因为各种精神疾病,每 5 个人中便有一人接受治疗。毫不夸张地说,在美国,精神病防治人员比警察还多。可以认为,当健康需求的范围不断地扩展,所需帮助的手段也就不断地增多,相应地出现了“心理咨询”与“心理治疗”等新兴的行业。一旦将这些新兴行业社会化,并以服务的方式出现,便成为健康促进与卫生保健中一项新的内容。心理预防、精神保健等支持健康的技术便成为一种新的社会文化,并随着人们的接受与认同逐渐成为人们社会文化生活中的一部分。正是由于“健康”成为人们一种社会文化生活中的生活方式和消费方式,并且逐渐形成人们一种文化价值取向。因此,我们可以毫不犹豫地,健康服务将成为人们社会文化生活中的不可或缺的内容。

三、人类健康对时代变化的积极适应

生命并不仅仅是满足生理需要的生存,生理需要仅是人的需要中的最基本的也是最低层的需要。当物质生活不断得到满足,精神需要也在物质生活日益丰富的情况下产生,人们所关心的问题则倾向于自身的生命价值,即一个人的健康价值观。这是现代生活赋予每一个人新的文化价值观。健康成为人们每天生活中思考的重要事情。日本 NHK 关于健康舆论调查结果统计,被调查对象的 61% 的人认为,健康是人们生活中的头等事情。虽然人们对健康标准的理解存在着这样或那样的差异,但是,关心健康、希望得到健康的愿望是强烈的、一致的。

但是,现实情况又是如何? 从人们的日常生活来看,虽然人

们都非常关心健康,但是,大多数人很难在生活中意识到健康的存在,并且对健康有一个深刻而科学的认识。只是当自己感到身体不适或生病之时,才开始对自己身体健康状况进行反思,如不注意卫生、保健的意识不够等。但是,这种反省往往是“事过境迁”,当身体康复之后,“健康”意识也就随之淡化。由此看来,正确的健康态度是,只有一个人能够经常地在生活中或生命里意识到健康的存在,并能够自觉地指导自己的生活方式和行为习惯,我们才能够认为,他是生活在健康的环境里,只有这样,人们健康文化观才得以真正确立,而且这种健康观可以说是可持续性的。对于我们所期望的健康观只有从青少年时期就开始建立才是最有效和最持久的,学校教育为此必须承担起历史的重任。

四、健康成为学校教育的重要内容

社会在快速变革,学校作为社会结构中的重要一员也在发生着深刻的变化。在各种变化中我们所能感觉到的是,学校将承担的任务越来越多、越来越重。其中,随着学校对学生的社会化问题、健康问题的关心,学校的工作重心也将逐步改变传统学校教育的传递知识的单一职能。尤其是随着一种新的健康学校理念的出现,建构综合的健康学校将成为学校教育支持学生发展的中心或核心思想,以往被认为是学校教育内容中的边缘问题,诸如环境问题、资源问题、保健问题、安全问题、营养问题等都将成为学生健康发展的重要问题,也是学校教育研究的重要课题。此时,知识的传授也必须与学生的健康紧密地联系在一起思考,只有关注学生的健康发展,才能发挥学校教育对人的全面发展的作用。

此外,我们认为,健康与学习是互为因果的关系,这种关系表现在,一方面是健康对学习的支持;另一方面是学习对健康的促进。学习已经不仅仅是“传道、授业、解惑”,而是整体性的、全员性的概念。但是,要想做到这一点必须重新建构学校教育秩序。我们认为,只有学校本身成为“健康”的组织时,充分地保证学校各种资源的有效运用,学校才处在一个健康的教育生态环境中,学生才可以健康地成长。

第二节 健康教育的历史发展

联合国开发计划署在其 1990 年第一份《关于人的发展的报告》中,就人的发展状况指出,“人的发展是一个扩大向个人提供可能性的过程。原则上讲,这些可能性也许是无限的,而且随着时间的推移可能发生变化。然而,无论发展水平如何,对于人来说,有三个可能性是主要的,那就是健康长寿,获取知识和拥有体面地生活所需的资源。如果没有这三个基本可能性,其他很多机会就仍然无法得到。”^① 在此,将健康置于人的发展的首位。尊重生命、呼唤健康将是 21 世纪人类社会发展所追求的主题。

一、健康观的历史回眸

我们展望未来是期盼明天会更美好,我们回顾过去的风雨历程将会更加懂得今天的珍贵,回眸历史,脚步已不觉得是那么沉重。历史是现实的一面镜子,现实又必须续写历史,这才是一

① 《学习——内在的财富》,教育科学出版社 1998 年版,第 67 页。

幅完整的画卷。

第一时期,古代的健康观。又分为古代的健康意识和自然经济状态下的健康观——养生观。古代的人们并不具有清楚的健康思想,他们对疾病的认识,是由于病神与恶魔等行为所致,在他们的思想意识里,得病是因为“病魔”进入体内的结果。解除疾病的办法必须要经过祈祷或某种仪式的驱魔,人体才能得以康复。这种现象不仅在中国古代有,在亚洲或欧洲的其他国家也都有大量的历史可考。

此外,在自然经济状态下,健康的主要目的和养生的直接目的是克服来自自然界的危险对生命的影响,同时还要战胜因死亡而导致的心理恐惧。因此,早期的人们对健康的认识,可以说是仅仅为满足维护个体的生命或基本生存的最低条件。只是随着人类对自然和自身的认识不断地深入,才逐渐形成了古代的健康思想,甚至使其系统化和理论化,如中国古代的道家的自然健康观所建构的“自然无为”养生观,对当时的健康实践起到了重要的指导作用。再有,《黄帝内经》也对中国古代的养生思想做了理论上的探讨,“恬淡虚无,真气从之,精神内守,病安从来。”“故智者之养生也,必须四时而适寒暑,和喜怒而安居处,节阴阳而调刚柔。如是,则辟邪不至,长生久视。”揭示了中国古代的养生健康思想。它也为后来中国养生医学发展奠定了重要的理论基础。

在西方,古希腊大哲学家泰勒斯(Thales,约公元前624—562)和亚里士多德(Aristotle,约公元前384—322)等都能教给人们正确地认识疾病与自然的知识,建构正确的健康的养生思想。希波克拉底(Hippokrates,约公元前460—370)则建立了以不同体液为调和机体平衡的“体液说”,并奠定了医学的理论基