

学校 心理健康教育： 原理、操作与实务

XUEXIAO XINLI JIANKANG JIAOYU
YUANLI CAOZUO YU SHIWU

(修订版)

陈家麟 / 著



教育科学出版社
Educational Science Publishing House

学校心理健康教育： 原理、操作与实务 (修订版)

陈家麟 / 著

教育科学出版社
· 北 京 ·

责任编辑 樊慧英
版式设计 贾艳凤
责任校对 刘永玲
责任印制 曲凤玲

图书在版编目 (CIP) 数据

学校心理健康教育: 原理、操作与实务/陈家麟著.
—修订本. —北京: 教育科学出版社, 2010. 5
ISBN 978-7-5041-4864-3

I. ①学… II. ①陈… III. ①学校—心理卫生—健
康教育 IV. ①G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 002300 号

出版发行 教育科学出版社

社 址 北京·朝阳区安慧北里安园甲 9 号

邮 编 100101

传 真 010-64891796

市场部电话 010-64989009

编辑部电话 010-64989449

网 址 <http://www.esph.com.cn>

经 销 各地新华书店

制 作 北京鑫华印前科技有限公司

印 刷 北京人卫印刷厂

开 本 169 毫米×239 毫米 16 开

印 张 28

字 数 536 千

版 次 2010 年 5 月第 2 版

印 次 2010 年 5 月第 1 次印刷

印 数 1—5 000 册

定 价 49.80 元

如有印装质量问题, 请到所购图书销售部门联系调换。

作者简介

陈家麟，男，1949 年生于江苏泰州，1982 年华东师范大学心理学系本科毕业，1987 年华东师范大学普通心理学硕士研究生毕业，1988—1989 年在苏联基辅大学访学进修。现任扬州大学教授、扬州大学心理科学研究所所长。自 1982 年以来，出版《学校心理卫生学》《学校心理教育》《学校心理健康教育：原理与操作》等个人著作 10 部，合著多部，在《心理学报》《心理科学》《教育研究》《哲学研究》《人口研究》《中国心理卫生杂志》等刊物上发表论文 100 余篇。论著曾获全国师范院校基础教育改革实验研究项目优秀成果奖，江苏省第四、第五、第六、第七、第八次哲学社会科学优秀成果奖，甘肃省优秀图书奖等奖励，并被授予高等师范院校教师奖（曾宪梓基金会）、全国家庭教育园丁奖和江苏省家庭教育研究先进个人等奖励和荣誉称号。

前

言

拙著《学校心理健康教育：原理与操作》在2002年由教育科学出版社出版后，产生了较好的社会反响：7年间重印7次；被全国数十家高等院校和教育行政部门作为本科生、研究生的教材，以及培训学校心理健康教育工作者的教材；并先后获得“江苏省第八次哲学社会科学优秀成果奖”和“第六届全国大学出版社优秀畅销书奖”等奖励。上述这些都表明了读者对作者的厚爱，在此，谨向广大读者表示由衷的谢意。

本书出版以来，学校心理健康教育的理论和实践都有了长足的发展，为了能及时反映这种进展，作者对国内外学校心理健康教育理论研究成果的整合和创新均给予了充分的关注，对学校心理健康教育的实践经验进行了较为全面而深入的总结。与此同时，作者还认真收集了广大读者的反馈意见，总结了自己使用本书作为本科生和研究生教材的教学经验。在此基础上，作者对本书进行了重大修订，从而形成了这本《学校心理健康教育：原理、操作与实务》。

本书分为原理、操作与实务三篇。

原理篇共两章，分别论述了心理健康及其标准，学校心理健康教育的概念、发展及意义等内容。

操作篇共九章，分别论述了学校心理健康教育的目标体系、基本原则、主要内容、实施途径（专门课程、学科渗透、寓于活动、优化环境、运用网络、心理咨询）等内容。

实务篇共四章，分别论述了学校心理健康教育的心理诊断工作、档案工作、管理工作和评价工作等内容。

在写作过程中，作者充分认识到，与国外特别是欧美发达国家的百年历史相比，我国学校心理健康教育的起步较晚，整体水平相对落后，存在不少亟待解决的问题。其中，学校心理健康教育基本理论建构方面的不足极为突出。在某种程度上，这已成为制约我国学校心理健康教育发展的瓶颈。有鉴于此，作者认为，加强对学校心理健康教育基本理论问题的研究和实践问题的探讨，构

建适合我国国情的学校心理健康教育理论体系和操作模式，在当前应是重中之重的工作。为此，作者力求使本书在理论上具有先进性和创新性，在实践上具有针对性和可操作性，在行文上具有可读性。当然，是否能达到努力的旨趣，尚有待于读者的检验。本书在写作过程中，石文山同志作为主要合作者，帮我做了不少工作；此外，还得到了董晓星、刘正荣、张忠、张莉、赵勇、乔虹、王万章、邢心菊、蒋世香、黄瑛等同志的帮助，得到了教育科学出版社樊慧英、张立群等同志的关心和支持，得到了扬州大学出版基金的资助，在此一并致谢。

在本书修订过程中，作者曾参考和引用了国内外许多研究者宝贵的研究成果和鲜活的实践经验，因种类较多，未能一一说明，兹附录于书后，除表示不敢掠美外，还表示对原著作者由衷的谢意。

作者谨识

戊子春日于扬州瘦西湖畔一稿

己丑秋日于扬州瘦西湖畔二稿

第一篇 学校心理健康教育的原理

第一章 心理健康及其标准	2
第一节 现代健康理念论	2
第二节 心理健康论	11
第三节 心理健康标准论	22
第二章 学校心理健康教育概论	36
第一节 学校心理健康教育的概念	36
第二节 学校心理健康教育的学科定位	46
第三节 学校心理健康教育与素质教育	51
第四节 学校心理健康教育的发展概述	59
第五节 学校心理健康教育的意义	81

第二篇 学校心理健康教育的操作

第三章 学校心理健康教育的目标体系	90
第一节 学校心理健康教育目标概述	90
第二节 学校心理健康教育的阶段目标	94
第三节 学校心理健康教育的结构目标	100
第四节 学校心理健康教育的层次目标	110

第四章 学校心理健康教育的原则	113
第一节 生活性原则：学校心理健康教育的基础	113
第二节 主体性原则：学校心理健康教育的核心	120
第三节 积极性原则：学校心理健康教育的策略	123
第四节 全体性原则：学校心理健康教育的方向	126
第五章 学校心理健康教育的内容	128
第一节 学习心理指导	128
第二节 智力训练	136
第三节 情感教育	143
第四节 性格教育	146
第五节 耐挫能力培养	149
第六节 人际关系指导	152
第七节 性心理健康教育	155
第八节 自我意识发展指导	164
第九节 职业指导	168
第十节 休闲指导	174
第六章 学校心理健康教育的实施途径和方法（一）：专门课程	177
第一节 学校心理健康教育专门课程设置的必要性	177
第二节 学校心理健康教育专门课程的设计	181
第三节 学校心理健康教育专门课程的教学组织	188
第四节 学校心理健康教育专门课程模式特点分析	194
第七章 学校心理健康教育的实施途径和方法（二）：学科渗透	196
第一节 学校心理健康教育中进行学科渗透的必要性	196
第二节 学校心理健康教育中学科渗透的实施	198
第三节 学校心理健康教育中学科渗透模式特点分析	221
第八章 学校心理健康教育的实施途径和方法（三）：寓于活动	223
第一节 学校心理健康教育寓于活动的必要性	223
第二节 学校心理健康教育活动的设计	227
第三节 学校心理健康教育活动的实施	229
第四节 学校心理健康教育活动模式特点分析	233

第九章 学校心理健康教育的实施途径和方法（四）：优化环境	235
第一节 学校心理健康教育工作中优化环境的必要性	235
第二节 学校心理健康教育工作中优化环境的原则	238
第三节 学校心理健康教育工作中物理环境的优化	241
第四节 学校心理健康教育工作中心理环境的优化	247

第十章 学校心理健康教育的实施途径和方法（五）：运用网络	258
第一节 学校心理健康教育工作中运用网络的必要性	258
第二节 运用网络实施学校心理健康教育的原则	263
第三节 运用网络实施学校心理健康教育的措施	267
第四节 运用网络实施学校心理健康教育的模式特点分析	275

第十一章 学校心理健康教育的实施途径和方法（六）：心理咨询	280
第一节 心理咨询概述	280
第二节 学校心理健康教育工作中开展心理咨询的原则	287
第三节 学校心理健康教育工作中心理咨询的准备	294
第四节 学校心理健康教育工作中心理咨询的程序	300
第五节 学校心理健康教育工作中心理咨询的一般方法与技巧	309

第三篇 学校心理健康教育的实务

第十二章 学校心理健康教育的心理诊断工作	320
第一节 心理诊断概述	320
第二节 观察法	324
第三节 会谈法	330
第四节 问卷法	339
第五节 心理测验法	346

第十三章 学校心理健康教育的档案工作	363
第一节 学校心理健康教育档案概述	363
第二节 学校心理健康教育档案的建立程序	371
第三节 学校心理健康教育档案的管理与使用	386

第十四章 学校心理健康教育的管理工作	392
第一节 学校心理健康教育管理机构的设置	392
第二节 学校心理健康教育专门机构的建设	402

第十五章	学校心理健康教育的评价工作·····	410
第一节	学校心理健康教育评价概述·····	410
第二节	学校心理健康教育评价的内容和方法·····	417
第三节	学校心理健康教育评价的过程·····	421
主要参考文献·····		434

第一篇

学校心理健康教育的原理

第一章 心理健康及其标准

作为一种现代的教育观念和新颖的教育活动，学校心理健康教育发展与 20 世纪以来教育对人的生命的关怀密切相连。从一定的意义上看，如果没有现代教育理论对于人的理想生命状态的执著追问，如果没有现代教育实践对于片面追求知识、技能和能力的传统教育思想的持续批判，就不可能有现代学校心理健康教育的产生。因此，为了深刻理解学校心理健康教育的本质，为了有效促进学校心理健康教育活动的开展，我们有必要首先从教育的生命诉求入手，搞清楚心理健康与身体健康的关系、心理健康的基本内涵以及心理健康的评价标准等问题。

第一节 现代健康理念论

什么是心理健康？要回答这个问题，应该从什么是健康谈起。换言之，首先需要明确，一个人究竟应该处于什么样的生命状态，才称得上是健康的？

尽管自有人类以来，人们便不断祈求着健康，然而，对究竟什么是健康这一问题，在不同历史时期、在不同的社会文化条件下，人们的理解不尽相同。由于健康是一个历史的、发展的概念，为了准确把握健康的内涵，需要对健康理念的历史演进作一个简要的回顾。

一、健康理念的历史演进

从根本上说，健康理念是由一定历史时期的社会生产水平决定的；由于社会生产水平的不同，人们对于健康的认识和理解也相应地呈现为不同的形态。

（一）古代素朴的生命健康理念

在人类社会发展的早期，生产力不发达，社会生产水平极为低下，人们在与大自然的搏斗过程中，若失去健康便无法生存。因此，那时的健康即等同于生命，人们对健康的认识与理解，可以说仅仅是为了满足维护个体的生命或基本生存的最低条件。这种素朴的以生命整体为基础的健康理念，可以粗略地分为两种基本的形态。

从消极的方面来看，将健康作为疾病的对立面，以个体是否患病及患病的严

重程度为尺度来衡量一个人是否健康，即把健康定义为没有疾病，把有疾病定义为不健康。由于受原始巫术思想的影响，这样的健康理念又进而将生命与疾病作为两个独立的实体，认为生命为神灵所赐，而疾病则是神灵的惩罚。人之所以患病，或者是因为鬼神缠住人身，或者是因为人失去生命之本原。因此，治病疗疾、获得健康的方式主要是求神问卜，即使采用了一些有效的方法也是医巫混杂。

从积极的方面来看，就是将健康看做是生命机体的整体功能状态，强调机体的各个部分以及机体与环境之间的协调对于维护个体健康的重要性。例如，中国古代医学的阴阳五行说^①，首先从人体气机的出入升降、血液的循环不休、饮食的运化、水液的环流以及物质与功能的互相转化等方面，阐释生命机体的整体联系和协调对于一个人健康的意义。其次，认为人的健康与自然环境息息相关，人与自然环境是不可分割的统一体，人能适应天地的变化规律，保持与自然环境的统一，就能保持健康；如果不能适应，与自然环境的统一遭到破坏，就会生病，甚至死亡。

在西方，约公元前 15 世纪的许癸厄亚^②时期，人们已经认识到健康包括躯体的健康和精神的健康的两部分；主张健康是人们有权享有的一种东西，强调人们只有聪明地把握自己的生活，才能得到健康并享受它的益处；认为医学的基本功能首先是发现和向人传授个人的生命规律。到了公元前 5 世纪，西方医学之父希波克拉底强调应用理性与系统的方法，将人作为一个整体来治疗。他认为，了解一个什么样的人生了病，比了解一个人生了什么样的病更重要。

综上所述，在人类社会的早期，尽管由于生活环境的差异、生产方式的不同，人们对生命健康的具体表述各不相同。但是，在这些各不相同的表述中有一个共同的特点：它们都是在直观的水平上，借助哲学的思辨，概括地阐释了生命健康的整体性。

（二）近代机械的生理健康理念

近代机械的生理健康理念是以工业革命为背景而产生的。16 世纪中叶以后，随着第一次工业革命的兴起，自然科学飞速发展。哈维的血液循环学说把实验方法引进现代医学研究领域，医学机械唯物论逐渐取得统治地位。细菌学、组织胚胎学、生物化学、遗传学及病理学等众多学科相继形成，显微镜等各种检测技术在医学研究与疾病治疗中得到了广泛应用。这些成就使人类得以从生物学角度来解释生命现象，在器官、细胞和生物大分子水平上寻找形态结构和生化代谢等方

^① 中国古代医学的阴阳五行说集中反映在战国后期成书的《黄帝内经》中，《黄帝内经》简称《内经》，包括《素问》和《灵枢》两大部分——作者注。

^② 许癸厄亚是古希腊神话中掌管健康的女神，她用碗喂蛇，故碗里装蛇成为医学的标志。由她的名字还派生出“卫生”一词。

面的变化,据此来确定生物致病原因,阐明其机理和规律,并探求治疗手段。在一个生物医学的框架内,疾病被人们视为机体的生理指标偏离了正常的可测量的生物学变量的结果,是机体对致病因子有害作用的反应,是机体功能紊乱的表现,而健康则是人的生物学变量处于正常范围的状态。时至今日,这种观点仍有很大影响。如美国学者布尔斯(Boorse, C.)指出:“什么是疾病,凡是与健康不一致的都是疾病。……健康是正常的功能活动,这里的正常状态是统计学的,功能是生物学的。”^①

表现在医疗实践中,医生的主要兴趣在于治疗病人和改善医疗技术条件,他们立足于人体生物变量的测量,以阳性体征和实验室数据作为诊断的依据,习惯于用药品或仪器进行治疗。例如,按照细菌学理论的基本观点,对于每种疾病而言,都有一个特异的生物学的或理化的致病原因(进而发展到多种致病原因)。因此,治疗疾病的最佳方法就是找到一种特异的治疗手段,以消除或控制病因。诚如美国学者雷内·杜博斯(Dubos, L.)所言:“寻找出能够射入人体来消除或控制所有的健康问题的‘神奇子弹’般的药物的想法成了现代医学思维的主流。医生用病人的病,而不是这个人来区分病人,医生们变成了人体的机械师或修理匠。”^②

同时,由于近代工业化生产方式所造成的各种日益严重的环境污染问题,引发了各国政府对公共环境卫生和社会保障制度的关心。因此,重视改善环境卫生条件,强调对疾病的预防治疗,主张研究生活方式与健康的关系等也成为了这个时期健康理念的重要内容。“许多行之有效的能消除疾病的措施,来源于用社会手段克服和矫正工业化所造成的不公正和丑恶现象。”^③有必要指出的是,近代以公共卫生为主要内容的各种社会化的健康观并未超越生物医学的基本框架,其健康理念的着眼点依然是生物学的。

总之,相较于古代素朴的健康理念而言,近代的健康理念以自然科学的实验为基础,强调医疗技术进步和社会变革对于维护人们健康的意义,是一个历史的进步。但仅从生物学的角度来看待健康问题,忽视健康的生命整体性,是片面的。

(三) 现代辩证的生命健康理念

进入20世纪中叶后,由于现代科技与社会文化的迅猛发展,现代社会生活中的人普遍面临着激烈的竞争、频繁的应激(stress)、快速的节奏,前所未有的巨大心理压力使人不堪重负,这对人类的健康产生了重要影响。同时,大量世界性流行病学调查统计表明:心理社会因素、不良行为因素和人格因素在疾病的发

① 朱家雄. 教育卫生学[M]. 北京:人民教育出版社,1998:2.

②③ F.D. 沃林斯基. 健康社会学[M]. 孙牧虹,译. 北京:社会科学文献出版社,1992:6.

生、发展和防治中起着重大作用,慢性疾病和死亡原因的分析资料也表明纯生物学的理论根本无法说明许多疾病的成因。人们逐渐认识到心理、社会因素在健康与疾病及其相互转化中具有不容忽视的重要作用,因而心身统一的健康观逐步得到确立。事实上,早在20世纪30年代,美国健康教育家鲍尔和赫尔(Bauer, W. W. & Hull, H. G.) 就曾经提出一个较为完善的健康的定义:“健康是人们在身体、心情和精神方面都自觉良好、精力充沛的一种状态。其基础在于机体一切器官组织机能正常,并掌握和实行适应物质、精神环境和健康生活的科学规律。另外,还形成这样一种态度,也就是不把健康看做是生活的最终目的,而看做是争取使生命更高尚、更丰富所具备的必要的物质条件,而这种生活是以有益于人群的建设性服务为特征的。”^① 1947年,世界卫生组织(WHO)在成立宪章中指出:“健康乃是一种身体的、心理的和社会适应的健全状态,而不只是没有疾病或虚弱现象。”^② 这种认识是现代社会人们对健康概念的全面总结与更新,健康不再仅仅是躯体状况的反映,同时还必须是心理活动正常、社会适应完满的综合体现。

此外,在现代社会的民主平等思潮的推动下,健康理念开始超越个体生命的范畴,成为“世界范围内的一项最重要的社会性目标”,是一种“基本人权”^③。世界卫生组织在其《组织法》也提出:“不分种族、宗教信仰、政治、经济和社会状况,享有可达到最高水平的健康是每个人的基本权利之一。”^④ 从这个意义上说,健康已经不再仅仅是生物学和医学的概念,也不再仅仅是医疗卫生部门的责任,它广泛地涉及社会生活的各个领域,是全社会的共同责任;个体不仅要对自己的健康负责和向社会求得医疗服务,而且要在促进他人和全社会健康方面承担义务。

因此,在现代社会,健康的本质已经开始关涉整个人类生命的存在价值和尊严,成为世界公认的社会进步的重要标志和潜在动力。这种从人的生存和发展的本体层面上对健康进行的整体性和综合性的界定,是现代辩证的生命健康理念的内核。20世纪90年代,世界卫生组织对健康概念的再次修正,就比较明确地反映了这一理念的基本精神:“只有在身体健康、心理健康、社会适应性良好和道德健康四个方面都健全的人,才算是完全健康的人。”^⑤

① 贾伟廉. 健康教育学 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 1988: 2.

② World Health Organization. Constitution of the World Health Organization, Chronicle of the WHO [R]. 1947: 3.

③ 1978年,国际初级卫生保健大会发表的《阿拉木图宣言》,强调要处理好健康的个人权利与社会义务的相互关系。

④⑤ 王建平. 健康教育: 世纪的呼唤——中外学校健康教育比较 [M]. 北京: 中国青年出版社, 2001: 9-10, 14.

二、现代健康理念的基本特征

如上所述,健康理念在人类历史上经历了一个辩证的否定过程,从早期的整体生命健康观到近代片面的生理健康观,进入现代又回到了整体生命的健康观。在经过了这样一个否定之否定的辩证过程后,现代人对于健康的认识与理解无论在广度上还是在深度上,都有了质的变化:健康已不再是“非病理”的生理状态,也不再局限于个体的身心方面,它直接关涉人们生活的幸福感,是一种人类孜孜以求的“美好人生”(wellbeing)和“幸福生活”(wellness)。^①

(一) 现代健康理念是一种全人的健康理念

全人的健康是指在现代生活中实践活动着的每一个人类成员,在其生命活动的整个发展阶段,生命活动的各个方面都处于良好的状态。它包含三个方面的含义:①全人健康是个体生命活动的诸系统及其活动环境的全面健康;②全人健康是个体生命活动的各个阶段的全程健康;③全人健康是包括人类全体成员在内的全员健康。

1. 全面健康

对健康概念的全面理解是现代健康理念的一个最突出的特征。早在20世纪40年代,世界卫生组织就在其成立宪章中指出,健康是一种涉及个人身体的、心理的和社会适应的健全状态,强调健康不仅是躯体状况的反映,它还必须同时包含心理活动的正常和社会适应的完满,是这三个方面的综合体现。这种健康三分法,即将健康内涵扩展为生理、心理和社会三个方面,是一个比较全面的解释。自其提出以来的很多年,大家一直都采用这个解释去评价人们的健康状态。

1989年,世界卫生组织在对健康定义的重新阐述中增加了道德健康的内容,强调健康并不是一个纯“个人性”的范畴,健康不仅在于个体要有健康的身体、心理,能够适应社会,而且还应该包含个体对社会的责任(道德健康),即它还应该包含个体对健康的社会环境的自觉维护和建构。道德健康要求个人不能以损害他人利益的方式来满足自己的需要,并能够按照社会认可的道德行为规范约束自己及支配自己的思维和行为,具有辨别真伪、善恶、荣辱的观念和能力,能为人们的幸福作出贡献。“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,人们的健康文化观才得以确立,而且这种健康观可以说是持续的。”^②

① 郑希付. 健康心理学 [M]. 上海:华东师范大学出版社,2003:2.

② 王建平. 健康教育:世纪的呼唤——中外学校健康教育比较 [M]. 北京:中国青年出版社,2001:6.

自此,一种以人为本的、人与社会和谐统一的、全面的现代健康理念被建立起来了。从系统哲学的观点来看,全面健康所表征的实质是全人健康理念的空间形式,它把个人的生命活动系统看成一个多层次的等级系统,要求个体生命活动系统及其各个子系统以及个体与其环境都处于良好的机能状态。美国医学家恩格尔(G. L. Engel)认为:“根据每个等级层次上每个组成系统的相对完整性和功能活动来形成健康、疾病和功能丧失等概念。总体健康反映系统内和系统间高水平的协调,这种协调可以在任何层次,如在细胞、器官系统、整体的人或社区层次遭到破坏。”^①从这个意义上说,全面健康的实现过程,就是个体生命活动的系统优化过程,是“一种机能整合的方式,它使个体发挥最大的潜能,它要求个体在其所处的环境中保持连续的平衡和有目标的方向。”^②

2. 全程健康

全程健康是全人健康理念的时间形式,它所强调的是个体生命活动在其生命发展的各个阶段都应处于良好状态。每一个人从受精卵开始,经历孕育期、新生儿期、婴儿期、幼儿期、童年期、少年期、青年期、成年期直到老年期,在其生命发展历程的每一个阶段,其具体的生命活动方式各不相同,表现出典型的年龄特征。因此,与各个阶段个体生命活动的不同方式相适应,健康的具体表现形式也应该是各不相同的。从这个意义上讲,有关健康标准的制订就必须重视对个体年龄特征的把握,并针对不同的年龄阶段具体地确定不同的标准;适用于个体所有年龄阶段的一般的、抽象的健康标准是不存在的。

3. 全员健康

全员健康就是人人都应该享有健康,这是全人健康理念的社会学和伦理学形态。1978年,国际初级卫生保健大会发表《阿拉木图宣言》指出:“健康是基本人权,达到尽可能的健康水平,是世界范围内的一项最重要的社会性目标。”^③其实,早在世界卫生组织成立之初,就在其《组织法》中明确指出,健康是每一个人都享有的基本权利之一,它不会因人种、宗教、政治信仰、经济以及社会地位而有所差异。

具体地说,全员健康包括两个层面的含义:从个人的层面来看,它强调和重视每一位社会公民的生存权与发展权,人的健康同我们的生命与财产一样重要,神圣不可侵犯;从社会的层面来看,它强调人与环境的和谐发展,或与社会发展的共生性。健康不局限于个人需要的范围,它还是社会环境可持续发展的重要因素,同时又是保证社会稳定发展的重要条件。以人类为主体建构起来的社会环境需要每个人的健康来支持,当然,稳定而健康的社会环境也是促进个人健康发展

①② 朱家雄. 教育卫生学 [M]. 北京:人民教育出版社,1998:7,4.

③ 贾伟廉. 健康教育学 [M]. 北京:人民卫生出版社,1988:2.