

论人本主义哲学的健康教育观及其当代价值

李 苹

新疆师范大学政法学院, 新疆 乌鲁木齐

收稿日期: 2024年5月2日; 录用日期: 2024年5月22日; 发布日期: 2024年5月30日

摘 要

持续推进健康中国建设具有重要战略意义, 本文尝试探讨人本主义哲学的健康教育观对推进健康中国建设的价值。通过梳理人本主义哲学的发展和当代定义及对人本主义哲学健康教育观做出符合我国背景的概念调整后, 分析出人本主义哲学健康教育观的主要内容和特点, 结合健康中国建设的时代背景、进行健康教育的工作重点及构建健康治理体系的需求, 总结出人本主义哲学健康教育观对推进健康中国建设的价值如下: 一是提供整体性的健康教育思路确保以人为本; 二是重视个体的认知水平与学习兴趣有效推进健康知识的普及; 三是营造真诚、关怀、理解的健康教育氛围推动健康治理体系的构建。

关键词

人本主义哲学, 健康教育观, 健康中国

On the Humanistic Philosophy's View of Health Education and Its Contemporary Value

Ping Li

School of Political Science and Law, Xinjiang Normal University, Urumqi Xinjiang

Received: May 2nd, 2024; accepted: May 22nd, 2024; published: May 30th, 2024

Abstract

Continuously promoting the construction of a healthy China is of great strategic significance, and this paper attempts to explore the value of the humanistic philosophy's view of health education in promoting the construction of a healthy China. After sorting out the development and contemporary definition of humanistic philosophy and making conceptual adjustments to the humanistic philosophy of health education in line with our country's background, we analyse the main con-

文章引用: 李苹. 论人本主义哲学的健康教育观及其当代价值[J]. 哲学进展, 2024, 13(5): 1024-1029.

DOI: 10.12677/acpp.2024.135153

tents and characteristics of the humanistic philosophy of health education and taking into account the background of the era of the construction of a healthy China, the focus of health education, and the need to build a health governance system, we summarise the value of the humanistic philosophy of health education for the advancement of healthy China as follows: firstly, it provides a holistic approach to health education and ensures that it is people-centred; secondly, it pays attention to the individual's cognitive level and interest in learning and effectively promotes the popularisation of health knowledge; and thirdly, it creates an atmosphere of sincerity, caring, and understanding in health education and promotes the construction of a health governance system.

Keywords

Humanistic Philosophy, View of Health Education, Healthy China

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

自党的十八届五中全会明确提出推进健康中国建设这一任务以来，健康中国建设的理论和实践都得到了持续的发展和丰富。习近平总书记在党的二十大报告中提出，推进健康中国建设，要“把保障人民健康放在优先发展的战略位置，完善人民健康促进政策”[1]。可见在百年未有之大变局下，持续健康中国建设具有重要的战略意义。而健康中国建设的分目标之一是培育健康人群，让国民形成有利于健康的生活方式和行动方式[2]。人本主义哲学作为高度关注人的本性和发展的系统化、理论化的世界观，分析其健康教育观对于培养健康人群、持续推进健康中国建设具有宝贵的当代价值。

2. 高度关注人本身的人本主义哲学健康教育观

健康教育源于西方，是工业革命所引发城市化的产物，是为应对人类生产、生活方式转变而导致的各种社会卫生问题的健康干预策略[3]。而健康教育观，就是以使人健康为目的的教育理论，健康教育观通过具体的健康教育体现。在正式探讨人本主义哲学的健康教育观的具体内容前，本文认为有必要对人本主义哲学的发展和当代定义进行梳理以及对人本主义哲学健康教育观进行我国背景下的调整。

(一) 人本主义哲学的健康教育观的概念

1. 何为人本主义哲学

泛灵论和图腾神话是早期人类将自己的本性向外投射的产物，随着人类社会的发展，新的需求让人类再次将本性向外投射创造出以上帝为典型代表的超自然完人。这种完人实际上是人的理想化本质的异化，与此同时人自身的存在遭到否定。在人性被“神性”的不断压抑中，资本主义的发展催生出人学(humanism)的第一代——人文主义，人文主义与后来出现的人道主义和人本主义属于古典人本主义[4]。十九世纪末之后发展的人学属于现代人本主义，现代人本主义哲学的代表人物有叔本华、柏格森、萨特、罗杰斯、马斯洛等等，罗杰斯、马斯洛同时也是人本主义心理学家，与他们齐名的还有罗洛·梅。可见人本主义哲学在哲学和心理学的结合[5]。总体来说人本主义哲学的主要特征可分为两点，一是强调非理性的直接生存状态更贴近人的现实本质，认为人应是人的生活及实践行动本身；二是重点研究人的本性、潜能、尊严和价值。

2. 人本主义哲学的健康教育观的概念

人本主义哲学的教育观强调以受教育者为中心,认为受教育者具有积极向善的潜能,教育的目的是开发受教育者的潜能,使其人格得到完整发展,最终达到自我实现。罗杰斯认为自我实现者是充分发挥机能(作用)的人,即机能完善者[6]。自我实现者保持着利己和利他的和谐统一,拥有优秀的社会适应能力和良好的道德情感,毫无疑问是心理、社会适应和道德三方面都健康的人。至于躯体健康层面,人本主义哲学的教育观认为体育是教育中必不可少的一部分[6]。健康教育观是以使人健康为目的的教育理论,人本主义哲学的教育观是以达成人的自我实现为目的的教育理论,自我实现者是健康的,因此人本主义哲学的教育观即人本主义哲学的健康教育观。人本主义哲学的健康教育观产生于对学校教育的深刻反思,初衷也是落实到学校教育中,但其核心思想同样适用于广义教育。

我国现阶段的发展面临着百年未有之大变局,脱胎于对西方高科技社会的反思和对美国教育制度批判的人本主义哲学健康教育观,有其社会特殊性和时代局限性,必须进行符合我国国情的调整。首先是人本主义哲学的健康教育观高度关注个体的发展,而在很大程度上忽视了个体与所处时代和社会的不可分割性;其次是人本主义哲学的健康教育观虽然有明确的教育目的,但是在教学过程中反对刻意引导受教育者趋向自我实现,强调受教育者在学习过程中的自发性和自然流露的积极情绪。据此,我国背景下的人本主义健康教育观应该是个体发展与国家发展紧密联系,在教育过程中尊重受教育者的自主性的同时恰当引导其趋向健康这一目的的教育观。

(二) 人本主义哲学的健康教育观主要内容

1. 以人的自我实现为教育目标

人本主义哲学的健康教育观的根本目的在于最大限度地激发出受教育者积极向善的潜能,让真正的人性得到完善的实现,让受教育者“成为自己本身”,并能够自己对自己开展健康教育并实践,最终达成自我实现。达成自我实现的健康个体在人格、道德情感以及社会责任等方面全面发展,既利己又利他、兼顾自身内在本性的自由发展和对社会的义务和贡献,也善于接纳和适应社会环境的变化。自我实现者也是自身健康生活及实践行动本身,将受教育者培育成自我实现者是人本主义哲学的健康教育观的教育目标。

2. 倡导内在学习和意义学习的教育原则

倡导内在学习和意义学习是人本主义哲学健康教育观的重要教育原则。内在学习是与外在学习相对的,马斯洛认为外在学习单纯依赖强化和条件作用,重点不在理解而在灌输;而内在学习则是依靠受教育者的内在驱动、充分开发潜能、达到自我实现的学习[6]。意义学习则是罗杰斯提倡的,他认为意义学习是指所学的知识能够引起变化、全面渗入人格和人的行动之中的学习[6]。贯彻内在学习和意义学习的原则不仅能将健康教育知识有效地纳入到受教育者的知识体系,还能唤醒受教育者内心深处对健康教育内容的认同并运用到实际生活中。

3. 知识、情感和体验三者整合的教育方法

人本主义哲学认为人不仅是思维的存在,还是情感的存在,因此人本主义哲学的健康教育观重智也重情。重智重情落实到健康教育活动中就是强调知识、情感和体验三者的整合,因此健康教育一是传授给受教育者专业的健康理论知识;二是让受教育者投入到健康的情感教育中;三是使受教育者体验到健康理论知识和健康情感的真实结合,通过这种体验教育唤起受教育者对健康的追求。依据人本主义哲学健康教育观的设想,受教育者将在追求健康的过程中不断完善自身人格,最终达成自我实现即成为一个健康的人。

3. 人本主义哲学健康教育观的特点

基于人本主义哲学健康教育观的主要内容,从个体与群体的关系、人的认知与兴趣对教育活动的影

响、人的潜能开发的前提条件归纳出人本主义哲学健康教育观的特点。

(一) 全局观下规范和引导受教育者个体的健康发展

以人为本是人本主义哲学健康教育观的根本底色，但以人为本不是简单地满足个体的发展需求，真正的以人为本无法跳出社会限定和时代特色。人是一种社会性存在，从这个意义上讲，人本主义教育哲学是一种“大写”的人学，不仅针对单个主体，更要针对人的群体[7]。健康是个人的事实，更是群体的事态[8]。个体健康涉及生理、心理和道德等要素的结合，并且受到国家健康发展状态呈现的社会环境和氛围的影响，同时个人健康发展的不同趋向也会对国家整体的健康发展带来促进或阻碍作用。个体的健康发展与国家的健康发展是无法分割的交互关系，因此人本主义哲学健康教育观的一大特色是紧密结合国家的健康发展需求，对个体的健康发展进行规范和引导。个人健康是立身之本，全民健康是立国之基[9]。个体的健康发展集合起来就是全民的健康发展，契合国家健康发展需求的个体健康发展能推进国家健康建设，促进国家综合实力的提升；国家健康事业的良好建设又能给个体的健康发展持续提供更丰富的资源，个体的健康发展与国家的健康发展是良性循环的动态过程。

(二) 重视受教育者个体认知水平与学习兴趣

人本主义哲学的健康教育观深受存在主义哲学强调个人知觉这一特征的影响，认为受教育者的知觉和对知觉的解释在其接受健康教育的过程中有不可忽视的作用。拥有不同生活和学习经验的受教育者对健康教育的认知水平、学习兴趣是不一样的，人本主义哲学的健康教育观高度关注受教育者本身，进行健康教育时重视受教育者个体认知水平与学习兴趣差异。提倡在健康教育中结合个体的智力范围和认知情况，科学地设计出与受教育者认知能力尽量匹配的健康教育任务，尊重每个受教育者的个体独特性。同时教育者在选择健康教育的具体内容时必须同受教育者的生活及现实的问题联系起来，不能仅抽象地诠释健康教育的知识。由于健康教育中的受教育者个体间存在认知水平的差异，教育者在教育过程需要不断排除受教育者的困惑，帮助受教育者获取健康教育知识和体会健康教育精神。对于健康教育，受教育者间存在的学习兴趣的高低，在现代社会教育者可以通过视觉感官意识和多媒体的辅助教学，激发受教育者学习健康教育的兴趣，最大限度地挖掘受教育者的积极向善的潜能。

(三) 强调营造真诚、关怀、理解的教育氛围

人本主义哲学的健康教育观认为人具有积极向善的潜能，潜能的开发取决于对受教育者的恰当引导而不是知识的灌输。据此人本主义哲学的健康教育观对教育者的定位并非权威角色，而是起引导和促进作用的氛围营造者。人本主义哲学的健康教育观反对损伤受教育者的自主性和独立性的僵硬的、强迫性的教育氛围，认为受教育者的自主性和独立性应该得到尊重和发展，主张在真诚、关怀、理解的教育氛围中关注受教育者的需要、兴趣和个性。置于被关心、理解、信任的情境中受教育者，更能体验到健康教育活动中的喜悦和激情，从而全身心投入到健康教育的学习和实践中，并且在其中敢于、乐于表达自己的感受和思考。可见在真诚、关怀、理解的教育氛围下，受教育者的真实自我被引导出来，自发地驱动着自己学习健康教育知识。而自发驱动的学习能将受教育者的感情、激情以及理智有机整合起来，从而推动受教育者进行健康教育的内在学习和意义学习。如此健康教育的理念将渗入受教育者的人格和行动中，受教育者将获得从内至外的健康，并且健康状态可在持续的内在学习和意义学习中得到保持。

4. 人本主义哲学健康教育观的当代价值

根据人本主义哲学的健康教育观的内容和特点，结合全球化背景、健康中国建设的健康教育中的工作重点及构建全民参与、共建共享健康治理体系的需求总结出人本主义哲学健康教育观的三大当代价值。

(一) 提供整体性的健康教育思路确保以人为本

真正的以人为本，既着眼于作为个体的人，更看得到作为群体的人。个体的健康发展与国家的健康

发展紧密联系，在全球化背景下，个体的健康发展、国家的健康发展与全球的健康发展也密不可分。在人类的多种需要中，身心健康与福利需要具有客观性与普遍性，健康福利是全人类的共同需要[10]，这意味着健康教育是全人类的基础需求，也是人类命运共同体的重要的构成部分。在个体的健康发展、健康中国建设和人类共同的健康发展命运三者的具体联系中，个体既是全球健康、国家健康体系中最基本、最重要的行为主体，又是全球、国家健康体系中最基础与最核心的组成部分，身兼健康风险制造者与受益者双重角色[11]。人的价值尊严、生命、身体、疾病和生活说到底是个人的事，因此从这个意义上说个人健康责任最为重要[12]。

个体的健康发展虽说最为核心，但离不开国家的健康发展和全球的健康发展的规范和引导。个体的健康发展与国家的健康发展是良性循环的动态过程，接受与践行国家健康发展需求相适应的健康教育的国民，推动健康国家的构建；健康事业建设顺利的国家能为个体的健康发展提供有价值的帮助。从人类文明的整体视角看，人类个体本质上是地球人，因此全球的健康教育的发展对个体的健康发展具有重要意义，科学合理的全球健康教育促进个体的健康发展；不恰当的全球健康教育，如西方一些发达国家对健康资源的垄断行为则会在一定程度上阻碍个体的健康发展，最终拖累人类社会整体的发展进度。全球健康教育强调全球视野和共同责任，需要国家之间的健康教育合作。因此，在人本主义哲学的健康教育观下，个体健康教育、国家健康教育和全球健康教育三者之间是互动和融合的，健康中国建设需要把握好整体性的健康教育发展思路。

(二) 重视个体的认知水平与学习兴趣有效推进健康知识的普及

健康中国建设的重点之一是对国民的健康知识普及行动，人本主义哲学的健康教育观提倡高度关注受教育者本身，因此在健康知识的普及行动中需要了解个体对健康教育的认知水平与学习兴趣。个体对健康教育的认知水平直接影响到其对健康知识的理解和接纳程度，影响到其是否能积极地参与到其他健康教育的活动中。因此可以通过问卷调查、访谈等方式摸清个体对健康教育的认知水平，做出尽量客观的评估后有针对性地通过各种途径，如媒体宣传、社区活动、学校教育等，增强个体对健康意识的重视和提升个体的健康教育认知水平。对健康教育的兴趣高低关系到个体掌握健康知识和技能的强度和效率。因此，在进行健康知识的普及时，应该从个体的健康生活现状及现实的健康问题入手，充分考虑个体对健康教育知识的学习需求和兴趣点，并用生动的普及手段调动起个体的学习积极性。

与此同时，不同个体对健康教育的认知水平和学习兴趣存在的差异也需要得到关注。个体由于年龄段、职业和文化背景的不同，对健康教育的认知水平和学习兴趣不尽一致。因此，我们需要根据不同群体的特点，开展与对应群体水平和兴趣相符合的健康知识普及，如对儿童和青少年主要在学校普及基础的生理健康知识和心理健康理论，同时进行道德熏陶和社会适应能力的培养；而对于老年人，则需要用易于理解和接受的方式传递健康生活的方法，用科学的心理关怀帮助他们合理地排解孤独感获得完满感。针对不同职业人群，应开展与其职业特点相关的健康知识普及。对于室内上班族，应重点普及久坐危害、颈椎腰椎保健、职场心理健康等；对于医护人员，应重点普及舒缓压力的心理健康知识。对于文化背景不同和拥有宗教信仰的个体，必须在持有对不同文化和宗教的尊重和理解的基础上开展健康教育。如在某些信仰强调权威人士的重要作用，对此可以邀请当地宗教领袖参与健康教育活动。并在过程中注意尊重不同文化的表达方式和习惯，使用通俗易懂的语言传达健康知识。总之，推动健康中国战略的深入实施需要重视个体对健康教育的认知水平与学习兴趣。

(三) 营造真诚、关怀、理解的健康教育氛围推动健康治理体系的构建

人本主义哲学的健康教育观认为个体具有积极向善的潜能，在健康中国的建设中，个体的潜能得到开发意味着个体正在健康发展。想要激发出的个体的潜能需要真诚、关怀、理解的健康教育氛围，因为个体的自主性和独立性需要得到尊重和发展，个体的需要、兴趣和个性需要得到关注。如此，教育者才

能得到个体更多的信任,与个体更容易建立起良性的互动关系,传递出的健康教育内容就更有可能被个体真心接受。同时教育者通过表现出对个体的真情关怀,能够激发个体对健康教育理论和实践方法的学习兴趣和积极性,会更加愿意参与到健康具体教育活动中,主动探索和学习健康知识,进而提升个人的健康素养。良好的互动关系还助于教育者解答个体在健康教育学习过程中的疑惑,进而鼓励个体持续思考,自发地驱动着自己学习健康教育知识并运用到日常生活中,如此个体的潜能才有更大的概率得到开发,达成健康的自我实现状态,这也是健康中国建设所追求的国民理想健康状态。

真诚、关怀、理解的健康教育氛围不但能促进个体潜能的开发,增加个体成为健康的自我实现者的可能性,还有助于构建和谐的健康社区。在真诚、关怀、理解的教育氛围中,除了个体与教育者之间,个体与个体之间也能够建立起积极的互动关系。两种互动关系不仅能够促进健康教育内容的传递和內化,还能够增进人与人之间的情感交流和相互理解。当个体感受到他人的关怀和理解时,他们会更加愿意分享自己的经验和感受,从而推进健康教育信息的不断丰富和多样化的具体实践的良性循环。在这种循环中个体成为具备健康素养和自主健康管理能力的公民,为构建全民参与、共建共享的健康治理体系贡献出自己力量。

参考文献

- [1] 高举中国特色社会主义伟大旗帜为全面建设社会主义现代化国家而团结奋斗[N]. 人民日报, 2022-10-17(002).
- [2] 李滔, 王秀峰. 健康中国的内涵与实现路径[J]. 卫生经济研究, 2016(1): 4-10.
- [3] 刘路, 史曙生. 近代中国健康教育的演进历程、实践特色与经验启示[J]. 沈阳体育学院学报, 2020, 39(2): 68-74.
- [4] 张一兵. 科学人本主义: 马斯洛存在心理学的哲学研究[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2020.
- [5] 陈树林. 对人本主义哲学的反思[J]. 山东科技大学学报(社会科学版), 2003(4): 51-53.
- [6] 车文博. 人本主义心理学[M]. 杭州: 浙江教育出版社, 2003.
- [7] 刘建. 人本主义教育哲学的反思与回归[J]. 教育发展研究, 2017, 37(6): 57-62.
- [8] 吕雪梅, 邓蕊. 一元论到多元论: 当代健康观的新思路[J]. 哲学分析, 2023, 14(1): 35-49+196-197.
- [9] 李红梅. 人民日报人民时评: 持续完善和发展卫生健康事业[N]. 人民日报, 2020-7-23(05).
- [10] 莱恩·多亚尔, 伊恩·高夫. 人的需要理论[M]. 北京: 商务印书馆, 2008.
- [11] 刘继同. 健康中国制度建设与全球健康福利治理[J]. 人民论坛·学术前沿, 2023(13): 86-98.
- [12] 李宇阳, 郁希阳. 个人健康责任的内涵、理论基础、影响因素与政策应用研究——基于近 40 年国内外相关文献的综述[J]. 宁夏社会科学, 2019(6): 117-124.