

BA



第一部分

學校健康 促進計劃



CD



第一部分 學校健康促進計劃

1.1 何謂學校健康促進?

健康的定義：“健康不僅是沒有疾病或不虛弱，而是身體、精神的健康和社會適應的完美狀態。”（世界衛生組織，1948）

Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity. (1948, WHO)



健康促進：健康促進是一個使人們能夠增加其對自身健康的控制和促進的過程。

Health promotion is the process of enabling people to increase control over, and to improve, their health. (1986, WHO)

學校健康促進¹：是指在學校裡的所有成員都能通力合作，致力讓學生享受愉快的經歷，而學校的架構亦可協助推動及保障學生的健

康。這些措施包括透過正式及非正式的健康教育課程、創建安全健康的學校環境、提供適當的健康服務、與家庭及社區共同協作。

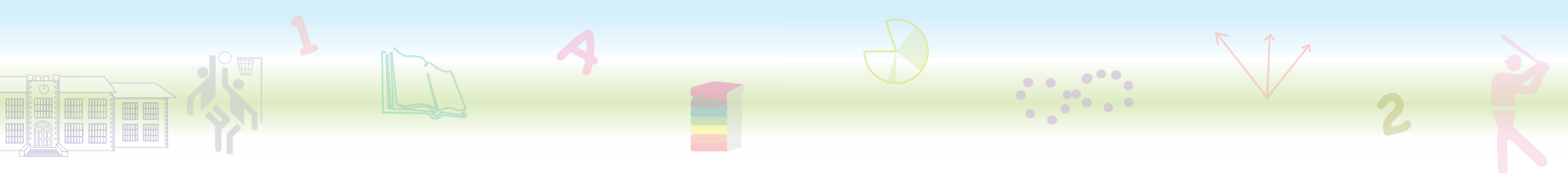
A health-promoting school is a place where all members of the school community work together to provide students with integrated and positive experiences and structures which promote and protect their health. This includes both the formal and informal curricula in health, the creation of a safe and healthy school environment, the provision of appropriate health services and the involvement of the family and wider community in efforts to promote health. (1995, WHO)

本指引名詞解釋：

1. 學校健康促進：是一個計劃、方案；
健康促進學校：實施『學校健康促進計劃』的學校。

1.2 學校健康促進發展的歷史與概況

世界衛生組織於1986年在渥太華召開第一次健康促進國際研討會，發表《渥太華憲章》(Ottawa Charter)，提出健康促進的五大行動綱領。之後，健康促進成為世界各國公共衛生的風潮。1995年起，世界衛生組織倡議學校也應該成為健康的生活環境，將健康促進之觀念帶入校園，各國紛紛開展建構健康促進學校，



其後陸續於西太平洋、拉丁美洲、南非、歐洲等地區成立健康促進學校聯盟。在全球許多國家實施健康促進學校計劃後，都減少了健康問題、增加教育系統之效率，並促進了公共衛生及社會經濟之發展。

世界衛生組織推動健康促進學校概況：

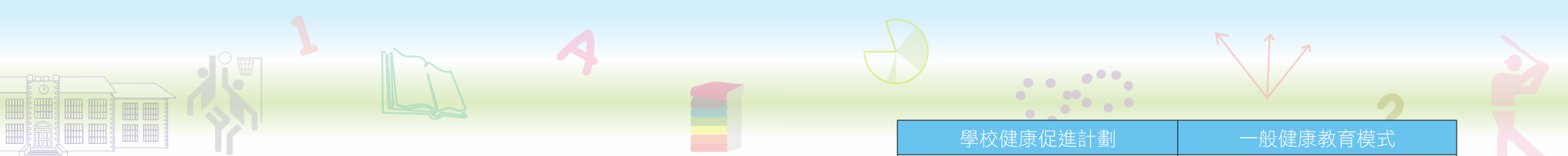
- 1920年 學校健康服務開始在學校推動，以促進學生的健康。
- 1950年 世界衛生組織學校健康服務專家委員會(WHO Expert Committee on School Health Services)正式成立，促進學校健康服務之推動。
- 1980年 綜合性學校衛生計劃(Comprehensive School Health Program, CSHP)開始發展，強調學校是健康促進中心的概念。
- 1986年 渥太華健康促進憲章(Ottawa Charter for Health Promotion)發佈。
- 1992年 歐洲健康促進學校網絡(European Network of Health Promoting Schools, ENHPS)正式成立；至1996年，共有38個國家加入推動學校健康促進計劃的行列。
- 1995年 世界衛生組織綜合性健康教育及促進專家委員會(WHO Expert Committee on Comprehensive School Health Education and Promotion)正式建議推動「全球學校健康新創舉」計劃(Global School Health Initiative)。

- 1996年 世界衛生組織西太平洋區辦公室正式頒佈「地區學校健康促進發展綱領：行動框架」[Regional Guidelines (for the) Development of Health-Promoting Schools—A Framework for Action]
- 1998年 世界衛生組織修正頒佈「世界衛生組織學校健康新創舉：協助學校成為健康促進學校」指引(WHO's Global School Health Initiative: Helping Schools to Become Health - Promoting School)，成為目前世界各國建立健康促進學校，推展學校健康促進計劃的準則。

(資料來源：中國台灣「健康促進學校工作指引」)

1.3 學校健康促進計劃與一般健康教育模式的區別

有學校認為在學校範圍內開展很多不同議題的健康促進活動，便能夠稱為一所健康促進學校，但這個計劃與一般健康教育模式的主要不同在於：強調個人與整體、環境之間的連結及全體成員由始至終的共同參與。因為單靠健康資訊的傳遞及一般健康教育的手法，只能很有限地改變學生的生活型態，所以在學校談「健康」已不只是談飲食、運動、衛生、無病等這些關係到我們

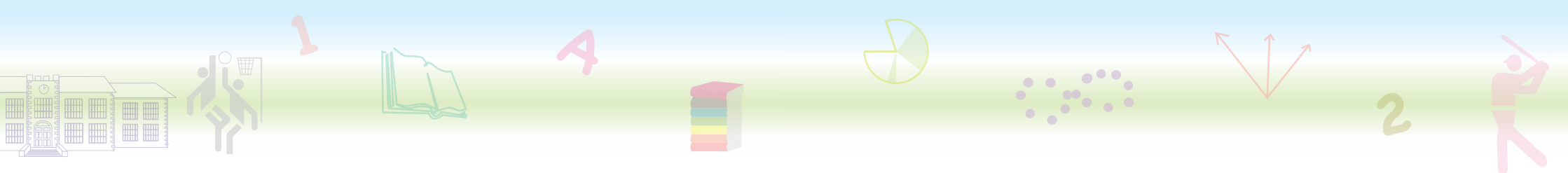


身體如何運作的問題，而是更高層次地倡議「健康」是很多因素影響下的綜合結果，這些因素包括身體、心理、社會、經濟、環境等；故學校健康促進計劃的理念不是想一下子透過大量健康知識的傳播來「突然」改變現存的問題，而是強調個人健康生活知識如何落實到生活上，創造健康的生活環境。

學校健康促進計劃	一般健康教育模式
除了負責知識的傳達外，同時使學生及其他社區的成員能夠 主動 提倡及參與健康促進活動；	將「健康」視為一個必修的課程，學生 被動 參與；
由學校內的 多數 成員共同擬定及執行健康相關的政策；	由 少數 人擬定及執行「一次式」的健康相關政策；
同時關注到學生、教職員、學生家庭及社區成員；	焦點著重於學校範圍內的學生；
認識及重視健康與教育兩者整合發展的重要性；	概念上將健康和教育視為分離的及不相關的兩個獨立部分；
與學生及校內有興趣的人士討論健康議題；	由老師選定教學的內容（議題）
強調健康技能的獲得，亦提倡學校內的物理環境與社會環境如何「一致地」支持課堂的教學內容；	以說教方式教授內容；



學校健康促進計劃	一般健康教育模式
能夠發揮同儕間幾何層級的影響力（老師→學生→更多的學生…）	知識的傳達及影響層次較低（老師→學生）
全體共同承諾及透過學校健康促進計劃框架去保護及促進校園內所有成員的健康；	由一、兩位老師負責全盤計劃；
結合現有體系、組織、資源、尤其是教育及衛生行政體系的結合，家長、老師、學生、社區的參與；	缺乏可持續發展的資源和支持性的組織，關注重點在於校園本身，健康理念的推廣甚少涉及家庭和社區；
校方延續政策的制定及可持續發展的空間，營造主動學習的環境，並透過適當的健康議題，將健康融入日常生活中；	較為被動，過度依賴資源的供給，由於沒有校方強有力的政策支援，故項目的展開和進行受制於諸多因素；
建立「由下而上」的推展模式：鼓勵及培養全體教職員工主動參與校園健康管理；	對象多數為學生，理念為增加學生的健康知識、態度、習慣、技能，沒有顧及教職員之健康需求；
範疇涵蓋：訂定學校健康政策，注重學校物質環境，從群體生活中培養自信，結合學校和社區的發展計劃，營造重視全人健康的環境，教導學生對健康促進的認知，提升個人健康技能，健康服務的提供範圍廣泛，以預防優先。	內容包括：健康環境、健康服務、健康教學、社區關係，但環境常只限於物質環境，較少關注制度、作息、校風等社會環境，社區關係尚未能持續並有系統地結合。



1.4 推行學校健康促進計劃的意義

推行“學校健康促進”的意義在於：關懷學生的行為發展以及協助他們樹立正確的人生觀，推行健康生活模式，關注學校的環境，配合學校制定有益學生身心健康的政策，並由此而建立完整的“學校健康促進”網絡，將健康城市的理念在學校中推廣和實施，當學校步入社區、參與社區的活動時，又將健康促進學校的理念在社區中傳播，這種彼此間的互動和促進正是健康城市進程中一個典型的實例和引證。

世界衛生組織(WHO)於1995年起，積極推動「學校健康促進計劃」(Health-promoting School Programs)，是以場所的角度(setting approach)為基礎，將學校視為一個學生成長過程中逗留時間較長的地方，因此將健康促進學校定義為「一所學校能持續的增強它的能力，成為一個有益於生活、學習與工作的健康場所。」(A school that is constantly strengthening its capacity as a healthy setting for living, learning and working)，並且能做到下列事項：

1. 結合健康和教育的行政人員、教師、學生、父母、健康服務提供者、社區領導者，共同努力使學校成為健康的場所。
2. 結合學校和社區的發展計劃，向學生和教職員工提供健康的環境、健康教學和健康服務。
3. 同時促進學生、學校人員、家庭和社區人員的健康，並和社區的領導者共同努力，關注社區的工作對健康和教育帶來的正面或負面的影響(1998, WHO)。

