

“大健康”背景下“宜宾特色文化+医学+体育”相结合的社区居民健康教育与服务路径研究

施明榕 石璐* 刘娟 李鑫园

宜宾学院 四川宜宾 644000

摘要: 随着经济的迅速发展以及人民对健康的需求不断提高,我国将“健康中国”作为国家战略之一,提出“大健康”理念。在该背景下,本研究致力于将人才培养与社区居民所需相结合,应用班杜拉社会学习理论,培养“大健康”实用型人才,帮助社区居民树立“大健康”理念,采用“宜宾特色文化+医学+体育”的服务实践模式,不断发挥宜宾特色文化教育、疾病预防与护理、体育健身锻炼的独特作用,从红色宣讲,健康科普,体育健身,志愿服务四个方面进行精神—身体—社会三方面的“大健康”教育与服务实践,全面推广“大健康”理念,培养一批优秀的社会主义接班人。

关键词: 大健康; 教育与服务; 班杜拉社会学习理论

2016年8月习近平总书记指出,要树立大健康的理念,即在把以治病为中心转变为以人民健康为中心的前提下,注重不同群体、不同个体的健康水平、健康状态及所处环境与健康关系的总和^[1]。党的二十大报告中指出要加强健康中国建设,更好的保障广大人民群众健康。在如今经济飞速发展的现代社会,人们正面对复杂并且多元化的健康挑战,如何培养建设“大健康”结构的人才,提升人民健康素养,使群众不生病、少生病,成为目前最要紧的问题。

2022年6月习总书记到四川省宜宾市考察调研时指出要加强乡村卫生体系建设,持续推进乡村振兴,嘱托我校学子要脚踏实地,在实践中一步步成长起来。为此宜宾学院联合了思想政治教育、医学、体育的专业人才和专业导师采用多学科交叉的模式共同组建起一支大健康服务团队,充分应用多个专业的健康知识与技能服务社区居民,帮助居民树立“大健康”理念、提升健康素养,磨练大学生吃苦耐劳的意志。

1. 宜宾市的文化环境和居民健康现状

1.1. 宜宾市特色文化及其对教育的作用

1.1.1 宜宾市蕴含深厚的特色文化

宜宾市位于四川省南部,有2190多年建城史、4000多年建县史,被誉为国家历史文化名城、中国酒都,拥有丰富的红色旅游资源——以红色革命道路、红色革命精神等为主,集物态、事件、人物和精神为一体,在川南地区有着非

常重要的作用。

宜宾市的特色文化可以分为以下几个板块:①英烈故里:赵一曼故居、朱德故居等英雄故里;②红色经典景区:长征国家文化公园,宜宾段宜宾特色文化主题公园;③革命历史事件:李庄文化抗战、“四渡赤水策应地”;④武装斗争:大塔农民武装暴动、武装援荣等;⑤农民运动:苏维埃政权的建立、大塔农民兜米行动等。这些特色文化资源是历史积淀的产物,具有深厚底蕴和广泛影响力,还有以史鉴今、资政育人的重要意义。

1.1.2 宜宾市特色文化对当代大学生的教育意义

习近平总书记强调,革命传统教育要从小抓起,传承好红色基因,弘扬优秀传统文化。宜宾特色文化蕴含了革命精神和历史文化内涵,具有鲜明的时代价值和广泛的社会影响力,对大学生的理想信念教育和培养其实践能力、社会责任感等方面具有重要作用。充分挖掘宜宾特色文化资源,开展红色旅游、宜宾特色文化教育等活动,可以引导大学生了解历史、关注现实,帮助其树立正确的三观、增强历史使命感和时代责任感,同时吸引社会各界人士的参与,促进宜宾特色文化的传承和发展。

1.2. 宜宾市居民面临的健康问题

1.2.1 宜宾市医疗服务资源供小于需

钟慧翔等人研究表明^[2],在我国49611名研究对象中,

2637人缺乏足够医疗服务。根据宜宾市卫健委发布,截至2023年9月末,宜宾市医疗卫生机构一共4965个,医院138个。2023年1-3季度,宜宾市医疗卫生机构总诊疗1331.44万人次。宜宾市医疗服务机构众多,医院数目仅仅占全宜宾市医疗卫生机构的2.78%,但诊疗人数规模巨大,导致宜宾市医疗服务资源供小于需,不能满足居民需求。

1.2.2 宜宾市居民健康素养较低

健康素养通俗来讲就是个人通过理解从各渠道获得的健康知识,并将其运用至生活中,对自身的健康问题能够采取正确决策的能力。随着宜宾市经济迅速发展,宜宾市人民的健康素养却相对落后,很多居民对健康问题仍存在旧思想,不了解自身身体状况。研究显示,宜宾市居民总体健康素养具备率为23.70%,略低于全国(25.40%),与东部(30.40%)有一定差距^[3]。

关于宜宾市存在的医疗服务供小于需、居民健康素养较低等问题,需要相关专业人员与居民共同努力去预防疾病的发生、加重,提高宜宾市人民的健康水平,助力达到健康中国2030的目标。

2. 大健康背景下教育与服务实践的实施

2.1. 理论视角:班杜拉的社会学习理论

1952年美国心理学家阿尔伯特·班杜拉提出社会学习理论^[4],主要包括观察学习、交互决定、自我调节、自我效能感四个方面,强调社会学习理论关注发生在社会情境中的学习,本研究主要通过交互决定这个方面进行应用探索。

班杜拉提出了三元交互理论,将行为、人的因素和环境因素贯穿、联结为动态系统,这些因素在不同的场合、不同的行为产生不同的相对影响,使得人的因素和环境因素在不同场域下对行为产生强大的调制作用。而正是因为环境与行为之间、行为与人之间和人与环境之间的交互影响力及其交互作用在不同的情境中不同的表现形式,真实地把握了三者之间相互依赖、共生依存的关系,使理论更具合理性和科学性。

人的多数行为是通过观察别人的行为和行为的结果而学得的,依靠观察学习可以迅速掌握大量的行为模式,但是获得什么样的行为以及行为的表现如何,则有赖于榜样的作用。榜样是否具有魅力、是否具有奖赏、榜样行为的复杂程度、榜样行为的结果和榜样与观察者的人际关系都将影响观察者的行为表现^[5]。

2.2. 班杜拉社会学习理论实践应用

2.2.1 充分应用环境刺激,促进行为结果再现

本研究充分挖掘地方特色资源,组织大学生实地考察赵一曼纪念馆、李硕勋故居、余泽鸿故居,重走宜宾高县长征路段,不断让宜宾特色文化环境刺激大学生,增强大学生时代使命感,随后为社区居民开展志愿服务,将团队成员分为三个组:思政组——开展红色精神宣讲、历史事件纪念活动等思想政治教育实践活动;医学组——开展测血糖、急救演练、健康科普宣传等医学服务实践;体育组——开展甩大绳比赛、体育健身指导等体育活动实践,通过以上方式向居民营造出“大健康”环境,刺激社区居民改变对健康的陈旧认知,全方面阐述“大健康”理念,促使社区居民运用健康知识进行自我健康管理,减少疾病发生。

2.2.2 观察宜宾特色文化中的行为榜样,实现大学生与居民的交互作用

带领大学生观察了解革命先烈的英雄事迹与红色精神,促使大学生以革命先烈为行为榜样,明白历史使命与责任担当,深刻理解为为人民服务的宗旨,充分应用所学理论知识与技能通过实践服务于社区居民。即让大学生将糖尿病、高血压等慢性疾病自我健康管理的知识与红色精神传于居民,同时采用测血压、问卷调查等方式让居民了解自身的健康状况,再给予专业体育健身指导,鼓励居民参与互动获得奖励,调动居民参与活动的积极性,不断向社区居民进行行为刺激,

实现大学生与居民的交互作用,帮助居民理解“大健康”理念,提升居民的健康素养、自我健康管理能力,降低疾病发生、加重的风险。

3. 大健康背景下教育与服务实践的意义

3.1. 传承宜宾特色文化,延续红色基因

宜宾特色文化蕴含了红色精神和历史文化内涵,其中红色精神蕴含的巨大精神力量就是“红色基因”,传承红色基因,让我们在建设社会主义现代化国家的道路上更加充满力量。带领大学生进行“参观赵一曼纪念馆,开展革命精神宣讲”“参观李硕勋故居,深感爱国情怀”“参观余泽鸿故居,缅怀革命先烈”“重走宜宾高县长征路段,体验长征之艰”等特色文化活动,让其获得强大的精神力量,明白自我使命与责任担当,特别是对于医学生来讲,红色卫生优良传统的内涵涵盖了医学生培养正确三观的要求,加强了大学生理想

信念的教育。同时让大学生向社区居民宣讲宜宾特色文化，帮助大学生和居民树立正确的三观，增强文化自信，让红色基因永续传承，革命精神世代发扬。

3.2. 树立“大健康”理念，提升宜宾市居民健康素养

大健康围绕着人的衣食住行和生老病死，关注解决健康问题，倡导提高居民健康素养，然而提高居民健康素养这一过程是健康专业人员与居民共同合作的过程，需要其共同去解决。为此我校联合了思政、医学、体育的专业人才和专业导师共同组建起一支大健康服务团队，充分利用专业的健康知识与技术服务群众，通过让大学生向居民讲解宜宾特色文化、糖尿病、高血压等慢性疾病自我健康管理的方法，帮助居民建立良好精神观念并实践应用健康知识；以测血压、问卷调查等方式让居民了解自身健康状况，实现居民早发现早治疗、未病先防、既病防变的健康观念；同时进行体育项目的教学与活动，帮助居民意识到体育健身的重要性。致力于从精神—身体—社会三方面让居民逐渐理解到“大健康”理念，提升宜宾居民健康素养。

3.3. 培育实用型大健康人才，实现学生与居民的双面共赢

随着我国经济迅速发展，人们对健康的需求越来越多，对专业健康人员的需求也越来越多，然而我国教育系统难以适应社会发展速度，部分院校依旧采用传统教育方法，培养出一大批思想教育、实践经验不足的毕业生，造成许多受过高等教育的毕业生找不到工作，工作岗位无人可用的尴尬局面。为此我们将思想政治教育、医学技能实践、体育健身实践结合为一体服务于居民，使大学生在实践中增强使命感与责任担当，感受理论与实践相结合的重要性，从而培育出实用型的大健康人才，提升居民健康素养，降低居民患病风险，为社会经济发展做出贡献，不断实现大学生和社区居民双赢。

4. 大健康背景下教育与服务实践的建议

4.1. 充分挖掘宜宾特色文化资源，融入思想政治教育

宜宾特色文化蕴含着不怕苦累、顽强奋斗的精神，涵盖了培养学生正确三观的要求，是高校开展思想政治教育的优质资源。高校可以组织大学生开展宜宾特色文化实地考察和实践活动，并让大学生向居民传承特色文化、帮助其理解获得红色精神，体验和感受宜宾特色文化的精神内涵和社会影响力。同时也可以与专家学者联系合作，对宜宾特色文化进行深入挖掘，找出具有代表性和影响力的特色文化资源，

包括历史文化、英雄事迹、文学作品等融入思想政治教育课程和活动中，增强大学生的爱国情怀和社会责任感，锻炼他们吃苦耐劳的精神，理解为人民服务的真正内涵，有利于培育出实用型的大健康人才。

4.2. 高校应建立更多平台对接学生与社会，培育大健康服务实用型人才

人民教育家陶行知先生在结合中国国情的基础上提出了“生活即教育”的观点，指出生活世界是教育实践所必需的，实际生活应是教育的中心。在当前医疗需要更多人才的情况下，高校应该建立更多连接大学生与社会的平台，如三下乡、志愿服务等实践活动，鼓励大学生走进社会将理论与实践相结合，从实践中发现问题、解决问题，不断积累经验，同时培养大学生的自主学习能力，实践能力和创新能力，为大学生毕业后适应新的社会环境打下基础，培育出一批优秀的大健康服务实用型人才。

4.3. 采用多学科交叉的服务实践模式，致力于服务覆盖更全面

学科交叉必定会思维交叉，可以产生新的科学前沿，将各科资源共享，使大健康服务实践覆盖面更加广泛，让更多的群众受益，扩宽大学生知识面，为大学生创造开放性空间，促进学生得到全面发展和创新发展，在服务群众时能够更全面地传输知识与正确的观念。例如本研究将思想政治教育、护理学、康复治疗学、体育教育四个专业的理论与技能相结合并实践应用，同时运用班杜拉社会学习理论，以多专业大学生的行为刺激居民更好地理解“大健康”理念，促使大学生全面发展并帮助社区居民树立正确的健康观念，获得更加全面的健康知识，提升居民健康素养。

5. 总结

本研究在传承宜宾特色文化和宣传“大健康”理念的环境下，采用班杜拉学习理论，结合思政、医学、体育专业的大学生，将革命先烈作为大学生的行为榜样，再通过大学生行为刺激社区居民，实现环境与行为之间、行为与人之间和人与环境之间的交互影响力及其交互作用进行有机结合，实现大学生与居民之间、人与文化环境之间、人与大健康环境之间的交互影响与交互作用，让大学生实现理论与实践的应用与检验并满足社区居民所需，努力帮助居民树立“大健康”观念，提高居民健康素养，助力乡村振兴、幸福宜宾。

参考文献

- [1] 王琦. 中医体质学在大健康问题中的应对与优势 [J]. 北京中医药大学学报, 2021,44 (03):197-202.
- [2] 钟慧翔. 陈晓红. 邓活清等. 我国老年人健康现状、健康相关行为与健康需求调查分析 [J]. 中华医院管理杂志, 2021,37(9):724-729.
- [3] 宣传司. 2021 年全国居民健康素养水平达到 25.40% [EB/OL]. (2022-06-07) [2023-02-22]. <http://www.nhc.gov.cn/xcs/s3582/202206/5dc1de46b9a04e52951b21690d74cdb9.shtml>.
- [4] 栾鹤. 于洁. 基于社会学习理论的硕士研究生就业焦虑现状研究 [J]. 山东高等教育, 2022,10(05):71-77.
- [5] 涂涯. 大学生入党动机现状分析及活动模式构建探究——基于社会学习理论视角 [J]. 科教导刊(上旬

刊),2014,(13): 77-78.

基金项目:

大学生创新训练项目“红色足迹，医路同行——宜宾学院“大健康”教育与服务实践研究”（项目编号：166-202310641032）；宜宾学院教学改革重点项目（JGZ202216）；宜宾学院课程思政系列项目（XKCSZKC202321）。

作者简介:

施明榕（2002-），女，汉族，四川泸州人，宜宾学院在读本科，研究方向：护理学；石璐（1983-），女，汉族，四川富顺人，宜宾学院体育与大健康学院，讲师，硕士，研究方向：健康养老；刘娟（2003-），女，汉族，四川泸州人，宜宾学院在读本科，研究方向：护理学；李鑫园（2002-），女，汉族，四川宜宾人，宜宾学院本科在读，研究方向：护理学。