甘肃省高等教育自学考试
课程考试大纲

专业名称：护理（专科）

专业代码：520201

课程名称：健康教育学（00488）

甘肃省高等教育自学考试委员会　　制定

2024 年 3 月

课程性质与课程目标

一、课程性质

《健康教育学》是高等教育自学考试护理专业(专科)的专业基础必考课程，课程旨在使学生能够掌握健康教育的基本理论、基本方法，掌握健康教育项目的设计、实施、及评价的基本过程，为学生在将来工作中能够熟练应用其理论和方法开展健康教育工作奠定基础。课程性质:专业统考课；所占学分：3学分。

健康教育学是一门研究保健观念、知识和技术的传播，个体和群体行为的改变和消除与减低影响健康的危害因素，预防疾病、维护、改善、促进健康的科学。健康教育学以人的整体性为本，以群体为基础，以健康为中心，以社区、医院、学校、工作场所等为基本单位，着眼于促使人群采纳健康行为和生活方式，其目的为全面提高人群的健康素质，提高生活质量，促使人与自然，人与社会的和谐发展。课程任务是为学生提供健康新概念、健康传播与健康行为的相关理论，以及健康教育计划设计的诊断、实施与评价的知识及技能，为在医疗卫生机构、社区、学校、工矿企业等场所开展健康教育提供理论指导。本课程要求学生掌握健康传播、健康相关行为、

健康教育计划设计、实施与评价的基本概念，并能运用传播理论，尤其是人际传播基本技巧处理医患关系；能基本应用健康相关理论，进行行为干预；也能初步应用计划设计理论，制定医院、社区等场所的健康教育计划并组织实施。了解当前有典型意义的新老传染病的预防与控制措施，及其健康教育的策略与方法，了解成瘾行为，突发公共卫生事件等重大的公共卫生问题的健康教育与健康促进方面的应对措施。

《健康教育学》第一~二章侧重在理论概述，第三~七章侧重在健康行为的相关理论阐述。第一篇、第二篇理论部分的重点章节是第一章的健康教育与健康促进的涵义、健康促进的五大领域；第二章的健康行为（第四节仅作了解）、第三章的理论行动与计划行为理论、第四章的健康信念的培养和实践（第二节、第三节）是次重点；第五章的阶段变化、第六章社会认知理论、第七章社会网络和社会支持只作了解。第三篇健康教育与健康促进实践篇，第十一、十二章也是次重点，对于健康教育的计划设定、实施与评价，以及健康传播的方法与技术，是需要熟悉的内容。由于教材选用过程专家未采纳考纲编写者推荐的全国高等教育自学考试指定教材《健康教育学》(课程代码00488北京大学医学出版社)，而是选用了《健康教育学》（课程代码9787117268035，

人民卫生出版社），该教材难度较大，故而第八章、第九章、第十章、第十三章及其以后章节只作一般了解，不做考试要求，感兴趣同学可自行阅读。

二、课程目标

1.基本知识目标:

（1）掌握健康教育、健康促进的涵义。

（2）掌握健康相关行为理论及健康传播基本知识

（3）掌握健康教育与健康促进工作的设计、实施及效果评价。

2.能力培养目标:

（1）掌握健康教育与健康促进的基本理论;

（2）掌握各种健康教育方法，综合运用到各类场所、目标人群及重点健康问题中;

（3）具有初步开展健康教育活动及项目的能力。

3.情感态度与价值观目标:

（1）掌握在各种场合展开健康教育的基本方法;

（2)能够自觉运用所学知识,在必要时进行健康教育;

（3）掌握健康教育学基本结构，关键术语以及应用方

法;

（4）力图在医学，尤其是在预防医学领域应用行为科学的方法和成就，研究人类行为和健康之间的相互联系及其规律，探索有效、可行、经济的干预策略及措施;

（5)通过教学实践与课堂讨论深化对基本理论的认识，并结合科研适当介绍本学科国内外的发展动态与学术前沿。

课程内容与考核要求

第一篇 概述

第一章 绪论

一、学习目的和要求

通过本章学习深刻理解健康教育与健康促进的内涵特征及其在基本卫生保健、护理工作、卫生改革与发展中的地位和重要作用。牢固树立以人为本，以群体为基础，以健康为中心，以提高全民生活质量和健康素质为目标的观念。

二、课程内容与考核目标

（一）健康新概念

识记：WHO 关于健康的定义。躯体、心理与社会适应的三维健康观。

领会：健康的动态概念、健康是社会的基本资源，是生产力。

领会：健康不仅是基本人权，同时也是全社会的共同事业。

（二）影响健康的因素

识记：影响健康的四大因素。

领会：行为生活方式因素的重要性，行为生活方式对健康的影响具有循证医学的基础。

（三）健康教育的概念

识记：健康教育的定义。

领会：健康教育与卫生宣传的区别及其内在关系。

（四）健康促进的概念

识记：健康促进的发展背景及其涵义。

领会：健康促进的基本特征，卫生宣传、健康教育与健康促进三者的比较。

综合应用：以健康促进的五大领域（也可理解为五大策略）为依据，初步制定任一种疾病或危险因素的干预

策略。

（五）中国健康教育与健康促进的历史发展

识记：国内外健康教育与健康促进的发展概况。

（六）健康教育与健康促进的意义与任务

领会：健康教育与健康促进的意义。

领会：健康教育与健康促进的任务。

（七）护理人员在健康教育与健康促进中的重要作用

识记:护理人员在健康教育与健康促进中的重要作用。

领会：护理人员应具备的健康教育与健康促进的能力。

第二章 健康行为

一、学习目的和要求

通过本章学习，了解健康行为在健康教育中的地位与作用，熟悉健康行为的概念、基本特性、分类，熟悉大众健康行为的特点。掌健康行为及其健康相关行为，掌握影响健康行为的七个因素，并能较好将各因素对人类健康行为的影响，实际应用至人类健康，并掌握各种技巧。

二、课程内容和考核目标

（一）行为与人类行为

识记：行为的基本概念、人类行为特点。

领会：人类行为发展与社会化进程（在识记的基础上领会）。

（二）健康行为及其健康相关行为

识记：健康行为的概念；健康相关行为概念。

领会：健康相关行为的主要特点和内容。

（三）健康行为的影响因素

识记：影响健康的七大因素：个体、家庭、教育与学习、文化、大众传媒与新媒体、社会因素、物质环境。

领会：个体及家庭与受教对个体的健康行为影响、重视新时

代各种媒介对健康行为的影响。

应用：认识到家庭及受教对健康行为的影响，正确认识新媒体对健康行为的引导作用，学会规避不良因素对健康行为的影响。

第二篇健康行为相关理论

第三章 理性行动与计划行为理论

一、学习目的和要求

对健康行为的认识，是积极采取行为改变的第一步。本章基于个人“认识-态度-行为”之间的关系介绍个体如何做出健康行为决定的理论，主要目的是围绕个体健康行为信念的产生与行为改变后健康结果的价值体现，即改变人们不健康的行为，培养、建立和巩固有益于健康的行为和进健康行为、危害健康行为的分类，掌握行为改变的理论并运用这些理论对健康相关行为进行分析，熟悉个体和群体行为干预和矫正的方法。

二、课程内容和考核目标

（一）理性行动与计划行为发展概述

识记：价值期望观念、理性行动理论、计划行为理论。

（二）理性行动与计划行为理论相关概念及框架

识记：行为信念、行为结果评价、行为态度的概念。

领会：促进健康行为的基本特征及分类，危害健康行为的分类及其对健康影响的特点。

应用：如何主观规范、如何感知行为控制从而达成理性行为。

（三）理性行动与计划行为理论实践及应用

领会：社会规范、健康教育面临的挑战。

应用：以戒烟为例，运用知信行模式、健康信念模式分析促使戒烟行为的影响因素，以及如何进行健康教育干预。

（四）健康相关行为的干预与矫正

识记：行为矫正的概念、行为矫正的三大要素。

领会：群体行为的干预机制。

简单应用：以创建无烟医院为例，阐述如何进行群体行为的干预。

第四章 健康信念模式

一、学习目的和要求

健康教育是一项复杂的系统工程，通常包括 5 个阶段：健康认知、健康信念培养、健康教育计划制定、实施健康教育计划，以及评价健康教育效果。树立正确的健康信念，进行科学、合理的健康教育计划，是健康教育项目成功的前提，也是协调开展各项活动的指南。通过对本章的学习，应该掌握健康信念的初步建立，了解健康教育各步骤的主要内容，通过感知健康行为形成和维护过程在人类健康中的作用，接受人们劝导，改变不了行为，采纳健康行为，对帮助健康教育和健康促进研究项目设计、指导临床健康教育实施、公共卫生服务及社区健康干预有良好意义。

二、课程内容和考核目标

（一）健康信念模式的相关概念及框架发展

识记：健康信念、行动线索、自我效能的概念。

领会：健康信念的基本框架与步骤。

（二）健康信念模式的实践与应用

识记：健康信念模式实践应用中的有关问题有哪些。

领会：实践应用实例及评价（应用 HBM 进行设计原发性骨质疏松症社区综合管理）。

第五章 阶段变化理论

一、学习目的和要求

阶段变化理论属于个体层面的行为理论之一，近年来在健康教育领域应用极为成功。该理论已经用于众多的健康行为改变研究，它把行为变化的认知、行为和时间有效结合起来。通过对本章的学习，应该学会应用其为健康教育实际工作提供理论指导，转变一些不健康的行为，促进健康发展。

二、课程内容和考核目标

（一）阶段变化理论的背景与发展

了解：阶段变化理论从雏形到目前。

应用：特定阶段该采用适当的改变策略，使行为改变效能最大化。

（二）阶段变化核心构件

了解：变化阶段：无意向期-意向期-准备期-行动期-维持期；变化过程：提高认识-情感唤起-自我再评价-环境再评价-自我解放-求助关系-反思习惯-强化管理-刺激控制-社会解放；决策平衡；自我效能。

领会：行为改变的螺旋模式；阶段转变理论中不同阶段涉及的心理活动。

（三）阶段变化理论的应用

了解：戒烟、糖尿病、高血压等常见问题阶段变化理论应用。

应用：阶段理论变化在戒烟行为中的应用；老年人糖尿病和高血压项目中应用阶段变化理论。

（四）阶段变化理论的局限与发展

了解：阶段变化理论的局限性；阶段变化理论的未来发展。

领会：阶段理论变化实际应用中的三大局限：变化阶段划分不清、整体行为改变过程探究过少、缺乏大样本的前瞻性研究。

应用：通过个体层面的行为理论研究，了解阶段变化理论的未来发展。

第六章 社会认知理论

一、学习目的和要求

社会认知理论是健康教育与促进的常用理论之一。它不局限于个体的心理活动和行为改变，也不仅仅解释大众、团体、社区等群体行为改变及其环境因素，而是更关注人和环境的关系。通过对本章的学习，应该重点了解社会认知的理论核心概念、理论构建和行为干预模式。最终，在综述社会认识理论对健康教育与健康促进实践的特点与作用、应用方式和应用原则的基础上，以案例方式来说明如何应用社会认知理论进行健康教育与健康促进的设计与实施。

二、课程内容和考核目标

（一）社会认知理论的背景与发展

了解：社会认知理论的背景与发展、社会认知理论的特点：以社会学习理论为基础、强调个人认知因素、已交互决定论为核心思想、理论内容丰富并应用广泛。

应用：社会理论认知常见应用方式以及三层级实施模式，以社会认知理论为框架的健康促进应用案例。

（二）社会认知理论的核心内容与构件

了解：观察学习、替代性强化、自我效能、结果期

望、目标设定和自我调控等 。

识记:社会认知理论的知识类型、自我效能的特征。

应用：理解知识类型、自我效能的特征、三元交互关系。

（三）社会认知理论的应用原则

了解：结果期望与自我效能的关系、结果期望与结果预期的区别、社会结构性因素、提升自我效能的方法，三元交互作用。

领会：健康教育与健康促进领域的应用概况。

应用:社会认知理论在预防乳腺癌健康促进的应用。

第七章 社会网络与社会支持

一、学习目的和要求

现实生活中我们每个人与其他人各种各样复杂的联系形成了社会网络，这种联系对我们的行为和健康都会产生重要的影响。因此，阐明社会网络对健康及健康行为的作用机制对于制定有效的健康教育与健康促进干预措施具有重要作用。

二、课程内容和考核目标

（一）社会网络与社会支持理论背景与发展

了解：社会网络与社会支持从古至今的发展，以及当前研究结果。

（二）社会网络与社会支持的概念

了解：社会网络与社会支持的有关概念。

简单应用：网络成员在社会网络中的位置特征。

（三）社会网络、社会支持与健康之间的关系

了解：社会网络、社会支持与健康的关系路径。

（四）社会网络和社会支持理论的实践应用

了解:应用社会网络和社会支持的关键因素以及干预策略。

简单应用：糖尿病群组看病的案例实际应用。

（五）社会网络和社会支持理论的局限性及未来发展

了解：什么时候，由谁提供什么样的社会支持?

第八章 社会与组织机构改变理论（不做考试要求）

第九章 创新扩散理论（不做考试要求）

第十章 社会营销（不做考试要求）

第三篇 健康教育与健康促进实践

第十一章 健康教育与健康促进项目的设计、实施与评价

一、学习目的和要求

通过本章学习，要求与第二篇介绍的理论进行项目设计、实施和评价，从而保证对某一靶人群的行为干预有针对性和有效性。并在此基础上，系统掌握健康教育与健康促进项目计划设计的原则与基本步骤、项目实施各个环节及注意事项、项目评价方法的类型和方法。

二、课程内容和考核方法

（一）格林模式简介

识记：健康教育诊断与评价的格林模式各要素之间的逻辑关系。

领会：格林模式简的概念、演变及应用。

应用：格林模式各阶段的理论框架。

（二）健康教育与健康促进项目的需求评估

识记：健康教育与健康促进项目需求评估的概念-资料收集方法-评估的内容。

应用：社区高血压的干预。

（三）健康教育与健康促进项目的设计、实施与评价

识记：健康教育与健康促进计划设计的原则：目标原则、整体性原则、参与性原则、可行性原则、灵活性原则；基本步骤：确定计划目标-人群-内容-场所-建立干预框架-确定干预活动-组建队伍-确定监测与质量控制计划-制订项目预算。

领会：健康教育与健康促进项目的实施；熟悉健康教育需求评估的各要素之间的逻辑关系。

应用：高血压社区干预；健康教育项目的计划、实施与效果评价的技术要点。

第十二章 健康传播方法与技术

一、学习目的和要求

信息素现代社会的一个重要现象，信息传播是人类生存与发展的一种基本方式。健康传播是健康教育与健康促进工作主要手段之一，尤其是社会动员，更加依赖于健康传播和社会营销的有效应用。因此，通过本章学习，公共卫生工作者应该掌握基本健康教育学理论，掌握一定健康传播理论和技巧，从而利于健康教育与促进工作顺利开展。

二、课程内容和考核方法

（一）健康传播概述

识记：传播的定义；传播的过程模式与要素（拉斯韦尔五因素、施拉姆双向传播模式）；人类传播活动分类：自我传播、人际传播、群体传播、组织传播、大众传播。

领会：健康传播；现代健康传播的特征。

（二）人际传播

识记：人际传播的特点：（全身心、全息性、个性化、互动性、多元化）；人际传播的基本技巧：谈话、倾听、提问、反馈、非语言传播。

领会：人际交流工程中的注意事项。

（三）群体传播、组织传播与大众传播

识记：群体传播的特点及应用；组织传播的特点及应用；大众传播的特点及应用。

领会：选择大众传播的原则：针对性原则、速度快原则、可及性原则、经济性原则、综合性原则。

应用：群体传播信息收集以及如何传播健康信息。

（四）健康传播材料制作与使用

识记：健康传播材料制作程序。

领会：健康传播材料的使用技巧：面向个体、面向群体、面向公众的材料各自有什么特点以及注意事项。

应用：常见健康传播材料的制作；新媒体在健康传播中的合理使用。

（五）影响健康传播效果的因素与对策

识记：影响健康传播效果的因素：传播者、信息、传播媒体、受传者以及环境因素。

应用：针对大学生开展预防艾滋病的健康传播活动，影响其传播效果的因素有哪些。

第十三章健康教育教学活动的设计与评价(不做考试要求)

第十四章健康场所建设（不做考试要求）

第四篇 健康教育实习案例（不做考试要求）

考核目标

本考试大纲在考核目标中，按照识记（ Ⅰ ）、领会（ Ⅱ ）、简单运用（ Ⅲ ）和综合运用（ Ⅳ ）四个层次规定其应达到的能力层次要求，这四个能力层次是递进等级关系。四个能力层次的含义分别是:

识记（ Ⅰ ）: 要求考生能够识别和记忆健康教育学主要内容，如定义、特点、原则、规律、模型、原理等，并能做出正确的表述、判断和选择。

领会（ Ⅱ ）: 要求考生能够全面领悟和理解健康教育学基本概念和基本原理，能掌握和分析有关概念和原理的区别与联系，并能根据考核的不同要求，对健康教育学基本问题做出正确的判断、解释和说明。

简单运用（ Ⅱ ）: 要求考生能够根据已掌握的健康教育学知识，分析健康教育基本问题，得出正确判断或结论，并能正确地把分析过程表达出来。或者能运用本课程个别知识点，简要分析和解决我国健康教育活动中存在的一些简单问题。

综合运用（ Ⅳ ）: 要求考生能够综合运用健康教育学基本概念和基本原理，分析和解决我国健康教育活动过程中存在的一些比较复杂的理论和实际问题。或者

能综合运用本课程多个知识点，综合分析和解决比较复杂的问题。

需要特别指出的是，试题的难易程度与能力层次高低不是一个概念。试题难易程度是指思维过程的复杂程度和分析处理的简繁、技巧。能力层次体现的是对健康教育学概念和健康教育活动规律的理解程度，以及对健康教育活动规律的综合运用能力，在各个层次中，有不同难易度的试题，切勿混淆。

相关说明与实施要求

一、制定自学考试大纲的目的及其作用

《健康教育学》是高等教育自学考试护理专业(专科)的专业基础必考课程。课程性质为:专业统考课；所占学分：3学分。健康教育学自学考试大纲是根据护理专业自学考试课程设置计划要求，结合自学考试特点而确定的考试纲要。其目的是对个人自学、社会助学和课程考试命题进行指导和规定，帮助考生顺利完成自学考试。

健康教育学自学考试大纲的制定，明确了课程学习内容、深度及广度，规定了健康教育学考试范围和标准。因此，考试大纲是编写自学考试教材和辅导用书的依据。是社会助学组织进行自学辅导的依据，是自学者学习教材、掌握课程、选定知识范围、明确掌握内容和程度的依据，也是自学考试进行命题的依据。

二、自学要求

自学者应当依据大纲规定的考试内容、范畴和考核目标，认真学习和领会指定教材的相关内容，对应考者进行有效辅导，把握好助学方向。

三、自学方法指导

本课程主要包含健康教育学基本理论、基本方法、基本概念以及，常用知识与技能。在自学中除了要识记和领会基本概念、基本理论以外，还要结合工作实际情况应用所学知识。

四、应考指导

本课程对于未学习过健康教育相关知识，未从事过医学临床相关工作的自学应考者，应在学习过程中主动观摩或参与健康教育相关工作，以便深刻理解各知识点在实际工作中的实际应用情况。

五、助学建议

在助学活动中，助学者应当依据大纲规定的考试内容和考核目标，认真学习和领会指定教材的内容，对应考者进行有效辅导，把握好助学方向。

助学者应当正确引导应考者处理学习知识和提高能力之间的关系，使应考者能将知识转化为实际应用能力。

助学者应指导应考者系统全面地学习教材，掌握全部考试内容和考核知识点，在此基础上突出重点内容，切忌盲目猜题压题。

六、命题考试的规定

（1）本大纲各章所规定的基本要求，知识点及其细目都属于考核内容。考试命题既要覆盖到各章，又要避免面面俱到。要注意突出课程的重点、章节的重点，加大重点内容的覆 盖度。

（2）命题不应有超出大纲中考核知识点范围的题，考核目标不得高于大纲中所规定的相应的最高能力层次。命题着重考核自学者对基本概念、基本知识和基本理论是否了解或掌 握，对基本方法是否会用或熟练。

（3）合理安排反映不同能力层次的试题。在一份试卷

中对不同能力层次要求的分数比例约为：识记占 30%，领会占 30%，简单应用占 30%，综合应用占 10%。

（4）合理安排难度结构，做到难易适中。试题难易分为易、较易、较难、难四个等级。每份试卷中四种难易度试题的分数比例一般为：易占 30%，较易占 30%，较难占 30%，难占 10%。

（5）本课程考试采用的题型主要有：名字解释题、单项选择题、多项选择题、简答题、论述题等。