

# 大学生生命教育的困局与破局： 基于“敬畏生命”的视角

沈逸琳

赣南师范大学新闻与传播学院，江西 赣州

收稿日期：2025年4月29日；录用日期：2025年6月12日；发布日期：2025年6月26日

## 摘要

近年来，随着心理问题的频发，生命教育越来越受到社会各界的关注。作为推动高校教育高质量发展的重要任务之一，生命教育也有着不可替代的作用。然而，当前大学生生命教育仍然存在课程设置的局限性、课程内容的乏味性以及死亡教育的缺乏性等困局。基于“敬畏生命”的视角，在敬畏理念下建构大学生生命教育的实践模式、树立大学生对死亡及其相关事物的正确认知、构建系统性生命敬畏感提升机制以及优化学校生命教育资源进行破局，推动大学生生命教育蓬勃发展。

## 关键词

生命教育，敬畏生命，大学生，困局，破局

# The Dilemma and Breakthrough of Life Education for College Students: From the Perspective of “Awe for Life”

Yilin Shen

School of Journalism and Communication, Gannan Normal University, Ganzhou Jiangxi

Received: Apr. 29<sup>th</sup>, 2025; accepted: Jun. 12<sup>th</sup>, 2025; published: Jun. 26<sup>th</sup>, 2025

## Abstract

In recent years, with the frequent occurrence of psychological problems, life education has increasingly drawn attention from all sectors of society. As one of the important tasks to promote the high-quality development of higher education, life education also plays an irreplaceable role. However,

there are still some predicaments in life education for college students at present, such as the limitations of course settings, the dullness of course contents, and the lack of death education. Based on the perspective of "awe for life", breaking through these predicaments by constructing a practical model of life education for college students under the concept of reverence, establishing college students' correct cognition of death and related matters, building a systematic mechanism to enhance the sense of awe for life, and optimizing school life education resources, can promote the vigorous development of life education for college students.

## Keywords

Life Education, Awe for Life, College Students, Dilemma, Breakthrough

Copyright © 2025 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

厄恩斯特·迈尔说“生命是世界上最完美的造物，最复杂且玄妙的现象，世界上没有什么可以与之相媲美”。2023年4月20日，教育部等17部委关于印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023~2025年)》的通知，指出应培养学生热爱生活，珍视生命，自尊自信、理性平和、乐观向上的心理品质。这些无不体现出生命是一切教育的起点。然而，伴随社会经济快速发展，大学生的成长环境不断发生变化，其生命与心理健康问题更加凸显。在高校思想政治工作“十大育人体系”建设的背景下，高校的人才培养不仅指向知识的掌握，生命教育也有着不可取代的地位。因此，在高校的人才培养过程中，如何更好地对大学生进行生命教育，是推动高校教育高质量发展的重要任务之一。

## 2. 生命教育的起源与概念

美国著名教育家唐纳·华特士在1968年首次提出生命教育这一概念。欧洲融入公民教育的生命教育、日本大纲本土化的生命教育均已各具特色[1]。大陆生命教育起步较晚，但在国家、研究者和各级力量的努力下，发展迅速。至此，关于生命教育逐渐进入研究者的视野。近年来，我国也开始逐渐重视生命教育。2010年颁布的《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010~2020年)》首次直接提到“生命教育”的概念。这些年，教育部门接连出台的政策文件均强调生命教育的重要性。各省市在结合教育改革以及教育现状的基础上，发布了许多与生命教育相关的工作指导意见。明确要在大中小学开展生命教育，帮助学生认识生命、珍惜生命、尊重生命、热爱生命、敬畏生命。中国学生发展核心素养中也包含有珍爱生命的要点，强调学生要理解生命意义和人生价值[2]。

生命教育指通过教育让受教育者树立正确的生命观，培养珍惜和尊重自己以及他人生命的态度，并在获得人格健全的发展[3]。生命教育包括生存能力教育、生命安全教育、生命态度教育、死亡体验教育以及生命价值升华教育等。生存能力教育是指对生存能力的培养，具体包括适应能力、抗挫折能力、安全防范能力等；生命价值升华教育指生命质量的提升教育，主要包括对生活的热爱与追求[4]。

本课题关涉广义的生命教育，即教育的本质是生命教育。生命教育包含多个维度与层次，概言之，它包括关于生命的教育和遵循生命的教育[5]。前者指生命真善美的教育(即狭义的生命教育)，后者是以生命为基点定位教育，即生命化的教育。我国教育要求以人为本，生命是教育的出发点。因而，生命教

育引导受教育者以生命为中心去思考自身、他人、社会以及自然,通过生命认知、情感、意志来培养受教育者的生命意识和智慧[5]。生命教育的目的是通过生命本身让人们认识、感受、理解生命,从而珍惜、热爱、敬畏生命。敬畏生命是生命教育的重要主题,生命教育要求向受教育者传递生命价值观。

### 3. 不同领域下的敬畏生命阐述

#### 3.1. 伦理学视角下的敬畏生命

德国著名思想家阿尔伯特·施韦泽开创了有关敬畏生命的伦理学研究。生命伦理学中的生命主要指的是人类的生命,也会涉及到动、植物的生命,而伦理学的研究是对人类行为的规范性研究。因而,可以将生命伦理学理解为采用伦理学理论及方法,在跨学科的情境中对生命科学方面,包括政策、法律、行动、决定等进行系统的研究[6]。

在伦理学视域下的敬畏生命是指敬畏自然界中的一切生命,特别是人的生命。最早提出敬畏生命这一概念的是德国哲学家阿尔伯特·施韦泽,他认为敬畏生命,要对一切生命,不仅只对人的生命,还有动、植物的生命都要有敬畏的态度[7]。只有当个体认识到人的生命以及一切动、植物的生命都是神圣的,这个时候个体才是伦理的。

纵观国内对敬畏生命的伦理学研究主要探讨敬畏生命伦理思想的渊源、内容、评价、以及比较[8][9]。施韦泽敬畏生命的伦理思想源于对世界大战与生态危机的现实反思,使得施韦泽不断反思生命的意义。从语义上来说,敬畏生命是个体对生命表现出敬重和畏惧,包含有敬重生命和畏惧死亡两层含义,并且个体畏惧死亡通过敬重生命表现出来,而敬生畏死是个体最基本的生存形态[10]。施韦泽认为应从敬畏生命的生态意义、文化观念和对中国启示上探讨敬畏生命的价值。敬畏生命的伦理思想给实现人与自然和谐共处提供全新的视角,使得人类树立平等观从而尊重、保护自然。

敬畏生命伦理思想的主要特征有敬畏生命的绝对性,伦理范围拓展到一切的动、植物,否定区分生命价值序列。敬畏生命的绝对性体现在所有生命都不能避免自然规律的必然性。敬畏生命的伦理范围拓展到一切的动、植物,体现在我们不仅仅是与人,而且是与存在于我们范围以内的所有生物都存在着联系,对所有生命都给予尊重;敬畏生命否定区分生命价值序列体现在敬畏生命否认高低级、有无价值的生命之间的区分[10][11]。

综上,敬畏生命的伦理学思想要求人敬畏所有生命,但前提是要敬畏自身的生命。然而敬畏自身的生命不仅要保持生命的延续,还要让精神生命得到发展。这是一个敬畏的时代,也是一个放肆的时代。当前,随着经济的飞速发展,人们在物质方面得到了保障,转向寻求精神世界的满足。而敬畏生命的思想对人们珍爱、尊重自己的生命以及追求精神世界的满足有着重要的启示作用。

#### 3.2. 生命教育视角下的敬畏生命

纵观国内对生命教育的研究集中于生命安全教育、生命化教育、生命意识、生命观、生命成长以及生命价值主题。研究者们更多围绕生命教育的意义与价值、目的与内容、维度与方法途径进行深入研究。有研究者认为生命教育要将自然生命作为逻辑起点,精神生命作为价值追求,社会生命作为意义追寻。我国文化背景下的生命教育更多的是一种由“生之教育”到“死之教育”过程中如何“为了更好地生”的实践活动[12]。程豪认为生命教育并不是一个平面化的概念,是由生理机能、思维发展以及社会价值组成的立体结构[13]。

我国教育要求以人为本,生命是教育的出发点。因而,生命教育引导受教育者以生命为中心去思考自身、他人、社会以及自然,通过生命认知、情感、意志来培养受教育者的生命意识和智慧[5]。生命教育的目的是通过生命本身让人们认识、感受、理解生命,从而珍惜、热爱、敬畏生命。敬畏生命是生命教

育的重要主题，生命教育要求向受教育者传递生命价值观。

### 3.3. 心理学视角下的敬畏生命

敬畏感在哲学、社会学和宗教领域被研究者广泛关注。近年来，随着积极心理学的兴起，敬畏感也受到了心理学领域的关注。我国学者认为心理学应更多关注敬畏本身和如何培养敬畏，告诉人们应对生命常怀敬畏之心[14]。敬畏生命，在积极情感上体现为生命敬畏感。林荣茂等人提出生命敬畏感是指个体对生命虔诚的情感和态度，是个体源于生命的神奇、力量、脆弱与死亡而产生的对生命既敬重又有些畏惧的情感和态度，其主要表现为生命敬重感、死亡畏惧感及在此基础上产生的生命意义超越[15]。

从生命敬畏感的内涵来看，生命敬重感、死亡畏惧感是生命敬畏感的基本向度。每一个生命都将经历出生、生长、成熟、繁殖、衰老、死亡等一系列过程，在面对这些生命意志的存在与消失的同时，个体往往会由于生命存在本身的浩大、神奇与脆弱、渺小而体验到敬重和畏惧的情感。其中，生命敬重感源于对生命的诞生、生命的神奇、生命力量的强大、以及生命意志的坚强；死亡畏惧感则源于在无限宇宙和时空下生命的有限性、在浩瀚自然与诸多不确定性下生命的渺小和脆弱[1]。生命敬重感彰显的是个体生命价值和意义的积极情感反应，而死亡畏惧感则是对生命边界的约束性情感反应。

## 4. 当前大学生生命教育的困局

### 4.1. 生命教育课程设置的局限性

在“三全育人”强调全方位、全过程、全员育人的大框架下，生命教育理念却未得到充分的贯彻。部分高校在教育理念中，过于侧重知识传授与技能培养，生命教育被边缘化，使得生命教育在高校教育体系中缺乏系统性规划与足够重视。例如，在课程设置上，生命教育相关课程往往作为选修且课时稀少，无法形成完整的知识体系，学生难以深入理解生命教育内涵。同时，学校对于生命教育的宣传引导不足，未营造出浓厚的生命教育文化氛围，导致学生对生命教育的重要性认识不足，仅将其视为可有可无的“附加品”。

其次，生命教育课程内容涵盖生命起源、生命价值、生命伦理等多个领域，但在实际课程设置有中有所削减。一方面，生命教育内容深度不足，多停留在表层的知识介绍，学生难以形成深刻理解。另一方面，内容广度有所欠缺，部分高校生命教育课程仅围绕心理健康与安全教育展开，对生命美学、生命哲学等丰富内容涉及甚少，导致课程内容单一，无法全方位满足学生对生命认知的需求。此外，课程内容更新滞后，未能及时结合社会热点与新兴生命科学技术发展进行调整，难以与当代大学生的生活实际和时代背景紧密相连。

### 4.2. 生命教育内容的乏味性

生命教育的内容本应紧密贴合学生生活，引导学生感悟生命真谛。然而，当下部分生命教育内容充斥着大量的理论内容，如对生命本质的哲学探讨，从柏拉图的生命观到现代存在主义的生命解读，理论堆砌却缺乏深入浅出的阐释。学生面对这些晦涩难懂的理论，难以理解其与自身生活的联系。例如在讲解生命价值时，单纯强调抽象的价值体系构建，却不结合大学生在学业、社交、职业规划等现实场景中如何实现生命价值，导致学生觉得生命教育内容空洞无物，学习积极性受挫。

生命教育内容缺少趣味性。在课堂上，教师大都以文字叙述为主，缺乏多样化的内容呈现形式。很少通过角色扮演、小组辩论等互动方式让学生身临其境感受生命的美好。单调的内容呈现与教授方式，无法充分调动学生的积极性，难以激发学生对生命教育内容的探索欲望，使得生命教育课堂氛围沉闷，学生学习效果不佳。

### 4.3. 死亡教育的缺乏性

受传统观念的影响，“死亡”在我国文化中一直是个禁忌话题。这种观念渗透到高校教育领域，使得多数教育工作者对死亡教育存在认知偏差，认为向大学生传授死亡相关知识可能会引发学生负面情绪，甚至对其心理造成伤害。基于此，死亡教育长期被边缘化，未能在生命教育理念中占据应有的重要地位。高校在制定生命教育规划时，往往更侧重于生命的成长、发展等积极方面，而有意无意地回避死亡话题，导致死亡教育理念滞后，无法跟上当代大学生对生命全面认知的需求。

## 5. 大学生生命教育的破局

### 5.1. 敬畏理念下建构大学生生命教育的实践模式

高校应打造一套融合敬畏理念的生命教育特色课程体系。在课程设置上，除了传统生命教育涉及的心理健康、生理健康等内容外，增设如“生命与敬畏哲学”“自然生命敬畏探究”等专门课程。尝试在敬畏理念下建构大学生生命教育的实践模式，从而促进大学生生命与心理健康高质量发展。组织多样化的实践体验活动是让学生深刻感悟生命敬畏的重要途径。一方面，开展校内实践活动，如举办“生命守护周”活动。另一方面，拓展校外实践，与自然保护区、野生动物保护基地等合作，组织学生实地参观学习。通过这些实践活动，将敬畏理念从理论层面转化为学生的实际行动，让学生在亲身体验中深化对生命敬畏的感悟。此外，崇尚“全员、全方位、全过程”的“三全”心育工作理念，唤醒大学生生命敬畏感，以情感动力助推和促进青少年生命教育。建立基于敬畏的“生命心育”实践模式，通过“敬畏生命”主题式活动课的一体化实施和整体化推进的教育行动研究。

### 5.2. 树立大学生对死亡及其相关事物的正确认知

对死亡的认知决定着大学生对死亡的态度。对“死亡”的不正确认知会导致个体产生死亡焦虑。个体只有真正意识到生命的有限时才会懂得去爱惜自己的生命，找到真实的自我。面对死亡之所以能够产生内在成长的反应，在于直面死亡，而并非否认和恐惧死亡。因而，要树立大学生对于死亡的正确认知，让大学生认识到对于每个生命而言，死亡是不可避免的。从而活在当下、直视死亡、认识死亡，在死亡焦虑中寻求自我超越。

### 5.3. 构建系统性生命敬畏感提升机制

注重大学生生命敬畏感的培养、生命意义的超越以及关注大学生自杀自残行为。构建“发现问题—分析研判—对策建议—预防干预”的学校心理健康教育新模式。建立以生命教育课程为核心促进大学生成长的“主”途径。从敬畏视角探讨大学生生命教育的内生动力及实践模式，以期进一步夯实大学生生命教育的心理基础，为大学生生命教育高质量发展提供具体、可推广的实践经验。

### 5.4. 优化学校生命教育资源

学校要整合内部资源，打造系统的生命教育体系。一方面，加强生命教育课程建设，增加课程的深度与广度，除了传统的心理健康、安全教育，还应涵盖生命哲学、生命伦理等内容。另一方面，丰富校园生命教育活动，如举办生命教育主题征文比赛、演讲比赛、话剧表演等。此外，利用学校图书馆、实验室等资源，开设生命科学科普展览、生命科学实验体验活动，让学生在实践中感受生命奥秘。

学校可以与医疗机构合作，开展生命急救知识培训、临终关怀志愿服务等活动，让学生了解生命的脆弱与珍贵。开展关爱弱势群体、环保公益等活动，培养学生的社会责任感与生命关怀意识。例如，与当地的临终关怀机构建立长期合作关系，定期组织学生前往参与志愿服务，亲身体验生命的终结过程，

从而更加珍惜生命。

## 参考文献

- [1] 刘济良, 马苗苗. 生命敬畏感的应有之义及其培育路径[J]. 中州学刊, 2022(2): 94-100.
- [2] 林崇德. 构建中国化的学生发展核心素养[J]. 北京师范大学学报(社会科学版), 2017(1): 66-73.
- [3] 刘志春. 生命教育: 学校教育的题中应有之义[J]. 河南师范大学学报(哲学社会科学版), 2005, 32(4): 170-172.
- [4] 许世平. 生命教育及层次分析[J]. 中国教育学刊, 2002(4): 7-10.
- [5] 刘慧. 生命教育的涵义、性质与主题——基于生命特性的分析[J]. 南昌大学学报(人文社会科学版), 2012, 43(2): 39-43.
- [6] 邱仁宗. 生命伦理学: 一门新学科[J]. 求是, 2004(3): 42-44.
- [7] 阿尔伯特·施韦泽. 敬畏生命——五十年来的基本论述[M]. 陈泽环, 译. 上海: 上海人民出版社, 2017.
- [8] 陆树程, 李佳娟, 尤吾兵. 全球发展视阈中的敬畏生命观[J]. 科学与社会, 2017, 7(4): 83-95.
- [9] 胡斌. 生态议题的历史哲学阐释——以施韦泽“敬畏生命”伦理学为例[J]. 世界哲学, 2022(4): 57-67+161.
- [10] 陆树程, 朱晨静. 敬畏生命与生命价值观[J]. 社会科学, 2008(2): 141-147.
- [11] 赵小华, 郑维铭. 评史怀哲的敬畏生命伦理学[J]. 华南师范大学学报(社会科学版), 2002(2): 21-24+95.
- [12] 顾高燕, 张姝玥. 论生命教育的价值、属性及其实践路径[J]. 中国教育科学(中英文), 2021, 4(1): 38-45.
- [13] 程豪. 生命教育: 内涵解构、现实困顿及破解之道——由重大突发公共卫生事件引发的思考[J]. 中国教育科学(中英文), 2020, 3(5): 92-102.
- [14] 董蕊, 彭凯平, 喻丰. 积极情绪之敬畏[J]. 心理科学进展, 2013, 21(11): 1996-2005.
- [15] 林荣茂, 沈逸琳, 林可心, 等. 青少年生命敬畏感问卷的编制及信效度检验[J]. 中国临床心理学杂志, 2024, 32(3): 575-581.