

# 教育研讨

2025年2月第7卷第2期

## 新时代青少年生命教育一体化实践与探索

刁佳玺<sup>1</sup> 胡凡<sup>2</sup> 雷嘉陵<sup>3</sup> 张佳琪<sup>4</sup> 贺雨虹<sup>2</sup>

1. 成都农业科技职业学院, 成都;
2. 成都师范学院, 成都;
3. 西南财经大学天府学院智能科技学院, 绵阳;
4. 成都锦城学院智能制造学院, 成都

**摘要** | 本文探讨了生命教育在预防和减少校园霸凌中的关键作用, 强调了教师和家长在推动生命教育中的责任。通过详细分析生命教育的内涵及重要性, 讨论了其缺失对学生心理健康、学业成绩和社交能力的负面影响。文章提出了在课程设置中增加生命教育内容、加强教师培训以及创建良好校园文化氛围的具体策略, 旨在帮助学生树立正确的生命观和价值观, 培养他们的同理心和社会责任感, 为学生创造一个健康、安全的成长环境。

**关键词** | 青少年; 生命教育; 校园霸凌; 心理健康; 教育策略

Copyright © 2025 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



### 1 生命教育的背景与内涵

#### 1.1 生命教育的背景与意义

生命是唯一且不可复制的。对于每个人来说, 生命都具有非同寻常的意义, 需要人们不断去思考, 形成正确、科学的生命价值观, 以使短暂的一生变得更加充实而有意义。然而, 随着经济社会的迅猛发展和网络的兴起, 新时代青少年的成长环境日益复杂。他们的思想尚未完全成熟, 容易受到虚拟网络世界的影响, 沉迷其中, 并且缺乏应对挫折和打击的能力。因此, 思想行为异化的现象时有发生, 部分青少年的生命价值观扭曲、行为失范, 给社会、家庭和学校带来了不良影响。

新时代的青少年是祖国的未来和希望, 肩负着建设者和接班人的神圣使命<sup>[1]</sup>。国家高度重视青少年的健康成长, 各个学校都加强了安全教育, 学者们也根据调查研究提出了许多建设性意见和措施。然而, 当前生命教育的成效仍不明显, 存在着正面引导不到位、教育监管有漏洞、大中小生命教育衔接不够紧密等问题。

在新时代, 应该进一步加强对大中小生命教育的指导和引导。根据不同阶段学生的年龄特征、时代要求和生命教育规律, 构建大中小生命教育一体化体系, 帮助青少年真正理解生命的自然属性、生命的意义和价值所在。只有这样, 才能培养出具有健全人格和社会责任感的未来公民。

基金项目: 四川省高等学校人文社会科学重点研究基地·四川中小学安全教育与管理研究中心2024年度立项课题“四川学生心理健康动态监测与辅导干预研究”(项目编号: ZXXAQ2408); 2024年教育部第三期供需对接就业育人项目“新时代涉农高职院校大学生就业能力提升路径探索”(项目编号: 2023122989561); 教育部2023年国家级大学生创新创业训练计划项目“新时代育龄青年的生育价值观影响生育计划的调查研究”(项目编号: 202314389019)。

通讯作者: 刁佳玺(1994-), 女, 四川成都人, 成都农业科技职业学院农学院园艺学院, 助教, 研究方向: 应用心理及思想政治辅导。

文章引用: 刁佳玺, 胡凡, 雷嘉陵, 等. 新时代青少年生命教育一体化实践与探索[J]. 教育研讨, 2025, 7(2): 186-190.

<https://doi.org/10.35534/es.0702037>

## 1.2 生命教育的内涵及重要性

生命教育是指通过教育帮助学生理解生命的价值和意义，培养他们尊重生命、珍惜生命的意识。这一教育不仅包括对生命基本常识的教育，还涵盖心理健康教育和道德教育。其目标是让学生认识到生命的宝贵，树立正确的生命观和价值观，培养他们的同理心和社会责任感。

通过生命教育，学生可以学会如何关爱自己和他 人、如何面对挫折和困难，以及如何处理人与人之间的关系。生命教育不仅在日常生活中起到重要作用，还能帮助学生在面临重大挑战时具备坚强的心理素质和正确的应对方法。例如，在面对校园霸凌时，接受过生命教育的学生能够更加理性地处理问题，而不是采取暴力或逃避的方式<sup>[2]</sup>。

此外，生命教育还强调道德教育，培养学生的良好品德和行为习惯。通过生命教育，学生可以学会尊重他人、遵守规则、承担责任，这对于构建和谐的校园环境和社会氛围至关重要。生命教育有助于学生形成健康的心理状态和积极的社会态度，使他们能够在未来的生活中更加坚韧和自信地应对各种挑战。

生命教育的重要性还体现在以下几个方面：

(1) 心理健康的维护：生命教育可以帮助学生正确认识和管理自己的情绪，增强他们的心理韧性，预防和减少心理问题的发生。

(2) 社会责任感的培养：通过生命教育，学生可以理解自己在社会中的角色和责任，培养他们的公民意识和社会责任感。

(3) 道德品格的塑造：生命教育强调道德教育，帮助学生建立良好的道德品格和行为规范，这对他们未来的个人发展和社会和谐至关重要。

(4) 人际关系的处理：生命教育帮助学生学会如何与他人建立和维持健康的关系，增强他们的社交能力和团队合作精神。

综上所述，生命教育在青少年的成长过程中具有不可替代的重要作用。通过科学、系统的生命教育，可以有效提升青少年的综合素质，为他们的未来发展打下坚实的基础。

## 2 生命教育的缺失及其影响

### 2.1 生命教育缺失对学生的影响

生命教育的缺失直接导致了校园霸凌现象的泛滥。学生在缺乏生命教育的情况下，无法正确处理人际关系，容易产生冲突和对立，甚至通过暴力手段解决问题。以下是生命教育缺失所带来的一些具体后果：

(1) 学生的心理健康受到严重影响。长期遭受霸凌的学生容易产生焦虑、抑郁等心理问题，严重者甚至会产生自杀倾向。生命教育的缺失使得他们在面对这些心

理问题时无法找到有效的解决途径，导致心理问题进一步恶化。心理健康问题不仅影响学生的日常生活，还可能对他们的未来产生持久的负面影响。

(2) 学业成绩下降。由于受到霸凌和心理问题的困扰，学生很难集中精力学习，成绩自然会受到影响。部分学生因为害怕遭受霸凌而选择逃学或辍学，严重影响了他们的教育和未来发展。这不仅对他们个人造成了损失，也对社会的人才培养构成了威胁。

(3) 社会交往能力受损。遭受霸凌的学生往往会变得孤僻，不愿意与他人交流，逐渐丧失社交能力。这不仅影响了他们在校期间的的生活，也可能对其成年后的社会交往产生长期的负面影响。缺乏社交能力会限制他们在职场和社会中的发展，进一步加剧他们的心理问题<sup>[3]</sup>。

(4) 校园环境恶化。霸凌行为的泛滥不仅对个体造成伤害，也破坏了整个校园的和谐氛围。学生之间缺乏信任和尊重，学校的教育环境和教学秩序因此受到影响。这种负面氛围会影响所有学生的学习和成长，削弱学校的教育成效。

总之，生命教育的缺失不仅引发了校园霸凌的泛滥，还对学生的心理健康、学业成绩和社交能力产生了深远的负面影响。通过加强生命教育，可以帮助学生树立正确的生命观和价值观，培养他们的同理心和社会责任感，从而预防和减少校园霸凌的发生。

### 2.2 生命教育在当前教育中的缺失

当前，许多学校在课程设置中忽视了生命教育，更多地关注学术成绩和升学率。学校和家长往往把主要精力放在学生的学术表现上，认为高分数和好成绩是教育的主要目标。这种教育观念致使生命教育在学校课程中被边缘化，使得学生缺乏对生命的正确认知和尊重。

由于生命教育的缺失，学生在面对霸凌行为时往往缺乏应对能力和心理准备。他们可能不知道如何保护自己、如何寻求帮助、如何与施暴者沟通解决问题。缺乏生命教育的学生容易感到孤立无援，长期处于恐惧和压力之中，严重影响他们的心理健康。同时，生命教育的缺失也使得施暴者在行为上缺乏道德约束。他们可能无法认识到自己的行为对他人造成的伤害，甚至认为霸凌是一种展示权力和地位的方式。这不仅加剧了校园霸凌的频发，还对整个校园环境产生了负面影响。此外，当前教育体系中各学段之间的生命教育衔接不够紧密，导致教育效果出现断层。大中小学在生命教育方面的内容和方法不统一，学生在不同阶段缺乏连续性和系统性的生命教育，无法形成完整的生命观和价值观。

为了改变这种状况，需要在课程设置中重视生命教育，制定系统的生命教育计划，确保学生在各个学段都能接受到充分的生命教育。通过系统的生命教育，可以培养学生正确的生命观和价值观，提高他们的心理素质

和社会责任感，为他们的全面发展打下坚实的基础。

### 3 生命教育的实施策略

#### 3.1 在课程设置中增加生命教育内容

学校应当在课程设置中增加生命教育的内容，帮助学生理解生命的价值和意义。这不仅是对学生知识体系的完善，更是对他们心灵和品德的塑造。生命教育课程可以涵盖多个方面，包括生物学基础知识、心理健康教育、伦理道德教育等。通过这些课程，学生可以深入了解生命的起源、发展和意义，学会尊重生命、珍视生命。具体来说，学校可以在现有课程体系中开设专门的生命教育课程，涵盖生命的科学知识、心理健康教育和道德伦理教育。例如，可以安排有关生命起源和发展、生物多样性、环境保护等内容的课程，帮助学生理解生命的奇妙和复杂。此外，学校还可以引入心理健康课程，教授学生应对压力、管理情绪的方法，增强他们的心理韧性和应对能力。在课程设置中融入实际案例和互动环节，可以增强学生的参与感和实际理解。例如，通过讲述真实的生命故事、展示相关的视频资料，让学生更直观地感受到生命的脆弱与宝贵。同时，通过讨论、角色扮演等方式，帮助学生在模拟情境中体验和思考生命教育的重要性<sup>[4]</sup>。

以下是一些具体实施策略：

(1) 开设专题课程：学校可以在课程体系中设立生命教育专题课程，系统地教授生命科学知识、心理健康知识及道德伦理知识。通过这样的专题课程，学生可以全面了解生命的各个方面，培养尊重生命和珍惜生命的意识。

(2) 结合现有课程：生命教育可以与现有课程相结合。例如，在生物课上讲解生命的起源和发展，在地理课上探讨环境保护的重要性，在语文课上阅读并讨论与生命主题相关的文学作品。这种跨学科的教育方式可以帮助学生从多个角度理解生命的意义和价值。

(3) 引入心理健康教育：学校可以开设心理健康教育课程，教授学生如何管理压力、处理情绪、应对挫折等技能。这些课程不仅有助于学生的心理健康，还可以提高他们的应对能力和心理韧性。

(4) 实践活动与互动环节：通过实际案例和互动环节增强学生的参与感和理解。例如，学校可以组织参观博物馆、纪念馆等，与生命相关的场馆，通过真实案例和故事让学生更直观地感受到生命的脆弱和宝贵。同时，可以通过角色扮演、讨论等方式，让学生在模拟情境中体验和思考生命教育的重要性。

(5) 邀请专家讲座：定期邀请心理学家、生物学家、伦理学家等领域的专家到校开展讲座，分享专业知识和真实案例。这不仅拓宽学生的知识面，还可以激发他们对生命科学和道德伦理的兴趣。

(6) 设立生命教育周：每学期可以设立一个生命教育周，集中开展各类与生命教育相关的活动，如讲座、电影放映、主题班会、社会服务等，让学生在实践中深入理解生命教育的重要性。

通过这些策略，学校可以在课程设置中有效地融入生命教育，帮助学生树立正确的生命观和价值观，培养他们的同理心和社会责任感。这不仅有助于他们个人的成长和发展，也为构建和谐校园和和谐社会奠定了基础。

#### 3.2 加强教师的生命教育培训

教师在生命教育中起着至关重要的作用。学校应当加强对教师的生命教育培训，提升他们在日常教学中渗透生命教育的能力。教师不仅是知识的传授者，更是学生心灵的引导者和榜样。通过专业的培训，教师可以更好地理解生命教育的核心理念，掌握有效的教学方法和技巧。学校可以定期组织教师参加生命教育的专业培训课程，邀请专家学者开展讲座和研讨，分享生命教育的最新研究成果和实践经验。同时，学校还应鼓励教师参加生命教育相关的工作坊和交流活动，提升他们的专业素养和教学水平。在日常教学中，教师可以通过多种方式渗透生命教育。

(1) 语文课：教师可以选取一些与生命主题相关的文学作品，引导学生思考生命的意义和价值。通过对作品的分析和讨论，帮助学生树立正确的生命观和价值观。

(2) 科学课：教师可以结合生物学知识，讲解生命的起源和发展，让学生理解生命的科学基础和奇妙之处。同时，可以通过介绍环境保护的知识，培养学生珍惜自然和保护生命的意识。

(3) 班会课：教师可以组织关于生命教育的主题讨论和活动，增强学生的生命意识和道德责任感。例如，可以通过探讨现实生活中的生命故事和案例，让学生从中学习和反思。

(4) 跨学科整合：教师可以在不同学科中有机融合生命教育内容。例如，在历史课上讲述历史人物的生命故事，在美术课上通过生命主题的艺术创作激发学生对生命的热爱和尊重。

(5) 引入心理辅导：教师可以利用心理辅导课或心理健康教育时间，教导学生如何应对生活中的压力和挑战，提高他们的心理韧性和应对能力。

通过这些方式，教师可以在日常教学中渗透生命教育，帮助学生构建健全的人格和积极的价值观。同时，通过持续的培训和专业发展，教师也可以不断提升自身的教育水平，更好地为学生的成长和发展提供支持。

#### 3.3 创建良好的校园文化氛围

学校应当创建一种尊重生命、珍视生命的校园文化氛围。通过组织各类活动，如生命教育主题班会、生

命教育讲座等,让学生在实践中体悟生命的价值。这种校园文化氛围的营造,不仅可以增强学生对生命的尊重和珍视,还可以促使他们形成积极向上的价值观和行为习惯。学校可以定期举办生命教育主题活动,如生命教育周、心理健康日等,通过多样的活动形式吸引学生参与。例如,学校可以邀请专家开展生命教育讲座,组织学生观看有关生命教育的纪录片和电影,开展与生命教育相关的艺术创作和展示活动,增强学生的参与感和实际体验。此外,学校还可以设立生命教育宣传栏和心理咨询室,为学生提供生命教育的相关资料和心理支持。通过这些举措,学校可以为学生营造一个安全、关爱、积极的成长环境,使他们在校园内感受到生命教育的意义和价值。在日常管理中,学校应注重构建和维护一个尊重和包容的校园氛围,鼓励学生之间的互助和关爱。例如,通过设立学生互助小组,增进同学之间的友爱和合作;通过表彰和奖励尊重生命、关爱他人的行为,树立积极的榜样和模范。通过这些努力,学校可以在全校范围内营造一种尊重生命、珍视生命的文化氛围,使每一个学生都能在关爱和支持中健康成长。

校园霸凌问题的严峻性要求学校从多个层面进行系统的治理,而生命教育无疑是预防和减少校园霸凌的重要手段之一。加强生命教育,提高学生对生命的尊重和珍视,是预防校园霸凌的根本途径。生命教育不仅让学生认识到生命的价值和意义,更培养了他们对他人生命的尊重和同理心。通过生命教育,学生可以学会在面对冲突和困难时采取非暴力的方式解决问题,建立良好的人际关系,避免霸凌行为的发生。教师在生命教育中起着至关重要的作用。教师应具备识别和处理校园霸凌的能力,通过日常观察和与学生沟通,及时发现并制止霸凌行为。同时,教师应加强自身的生命教育培训,提高在日常教学中渗透生命教育的能力,为学生提供必要的心理支持和指导。通过生命教育,让每一个学生都能在健康、安全的环境中成长,为他们的未来打下坚实的基础。

## 4 总结

本研究探讨了新时代青少年生命教育的重要性及其在预防和减少校园霸凌中的关键作用。通过分析生命教育的背景、内涵及其缺失对学生的影响,强调了生命教育在培养学生正确的生命观、价值观、同理心和社会责任感方面的核心作用。生命教育的缺失不仅引发了校园霸凌的泛滥,还对学生的心理健康、学业成绩和社交能力产生了深远的负面影响。为了有效实施生命教育,本研究提出了具体的策略,包括在课程设置中增加生命教育内容和加强教师的生命教育培训。通过在课程中融入实际案例和互动环节、开设专题课程、结合现有课程引入生命教育内容,以及开展各种实践活动和专家讲座,学校可以帮助学生更深入地理解生命的价值和意义。教师在生命教育中起着至关重要的作用,学校应通过定期的培训和交流活动,提升教师在日常教学中渗透生命教育的能力。

通过这些努力,可以为青少年创造一个健康、安全的成长环境,帮助他们构建健全的人格和积极的价值观,从而预防和减少校园霸凌的发生。只有通过全面和系统的生命教育,才能培养出具有社会责任感、同理心和坚强心理素质的未来公民,为社会的和谐与进步贡献力量。

## 参考文献

- [1] 张小军. 校园霸凌案件频发呼唤法治教育再加强[J]. 陕西教育(综合版), 2024(5): 48.
- [2] 徐胤. 校园霸凌的原因分析和防治建议[J]. 平安校园, 2024(5): 12-15.
- [3] 马皓. 校园霸凌犯罪心理的形成机制和预防[J]. 平安校园, 2024(5): 8-11.
- [4] 吕恺, 叶徐燕, 汤超敏, 等. 向校园欺凌说“不” 我市各校纷纷“亮剑”[N]. 丽水日报, 2024-04-08(003).

## Integrated Practice and Exploration of Life Education for Adolescents in the New Era

Diao Jiayi<sup>1</sup> Hu Fan<sup>2</sup> Lei Jialing<sup>3</sup> Zhang Jiaqi<sup>4</sup> He Yuhong<sup>2</sup>

1. *Chengdu Agricultural Science and Technology Vocational College, Chengdu;*

2. *School of Mathematics, Chengdu Normal University, Chengdu;*

3. *School of Intelligent Technology, Tianfu College of Southwestern University of Finance and Economics, Mianyang;*

4. *School of Intelligent Manufacturing, Chengdu Jincheng University, Chengdu*

**Abstract:** This article explores the critical role of life education in preventing and reducing campus bullying, emphasizing responsibilities of teachers and parents in promoting life education. By analyzing the connotation and importance of life education in detail, the article discusses the negative impact of its absence on students' mental health, academic performance, and social skills. The article proposes specific strategies such as incorporating life education into the curriculum, enhancing teacher training, and creating positive campus culture atmosphere. These strategies aim to help students establish a correct view of life and values, cultivate their empathy and social responsibility, and create a healthy and growing environment for students.

**Key words:** Adolescents; Life education; Campus bullying; Mental health; Educational strategies