

# 好好哭泣，好好生活

## ——教育戏剧范式应用于初中死亡教育辅导课

◎ 曾卉君（广东省深圳市宝安区教育科学研究院，深圳 518100）

关键词：教育戏剧；死亡教育；死亡观念

中图分类号：G44 文献标识码：B 文章编号：1671-2684(2025)03-0030-02

### 【活动理念】

死亡哲学最早起源于西方，其中海德格尔提出的“向死而生”的积极死亡观受到广泛关注<sup>[1]</sup>。死亡教育是围绕“死亡”这个核心主题开展的教育，以促使人们认识死亡现象和了解死亡本质，形成对待死亡的正确态度，从而更加珍惜生命，提高生命质量。本课拟通过教育戏剧的形式，引入死亡教育的主题，通过创设情境、丰富体验的方式，引导学生树立“向死而生”的积极死亡观，从而更加珍惜当下、珍爱生命。

### 【活动目标】

1. 认知目标：引导学生初步认识死亡的意义。
2. 情感目标：帮助学生树立“向死而生”的积极死亡观，降低死亡焦虑，激发“珍惜当下、好好生活”的向上动力。
3. 技能目标：通过抉择、告别和未来三个环节，帮助学生理解死亡、接纳死亡、珍惜当下、好好生活。

### 【活动重难点】

重点：初步认识死亡的意义，激发“珍惜当下、好好生活”的向上动力；

难点：帮助学生树立“向死而生”的积极死亡观。

### 【活动方法】

多媒体教学法，教育戏剧，角色扮演法。

### 【活动准备】

多媒体课件（PPT），布条，姓名贴。

### 【活动对象】

初一年级学生

### 【活动时长】

40分钟

### 【活动过程】

#### 一、回忆导入：与亲人的温暖时刻

教师用PPT展示自己身穿学士服与奶奶在一起的照片，向学生分享有奶奶陪伴的温暖瞬间。

提问：你与家人之间有哪些温暖的回忆？

教师邀请2~3名学生分享，引导学生感受其中的温情。

**设计意图：**唤醒学生与至亲相关的温暖记忆，创设情境，营造充满温情的团体氛围。

#### 二、情境建立：四兄弟姐妹遇见死神

教师讲述故事：以《Cry, Heart, But Never Break》的绘本故事作为前文本，讲述奶奶照顾平平、安安、喜喜、乐乐四兄弟姐妹的故事。

按照事先贴好的姓名贴，让学生代入姓名贴上显示的角色，与老师及同学打招呼，如“你好！我是平平”。

教师继续讲述故事：忽然有一天，奶奶觉得手臂很疼，去医院检查发现患有心脏衰竭，即使奶奶积极就医、家人们细心照料，病情依然每况愈下。终于，有一位不速之客来到了奶奶和孩子们的身边，他就是死神。

教师请学生用一个动作来表示死神，并询问学生该动作代表的意义以及面对死神的第一感受。

**设计意图：**进入戏剧情境，开展主题铺垫，引入主线故事，让学生代入角色进行体验。

#### 三、主轴事件：生命的抉择，学会告别

教师请学生选择是否愿意让死神将重病的奶奶带走，愿意的站一边，不愿意的站另一边。双方代表面对面依次坐下来陈述自己的想法。

生1: 我不愿意让死神带走奶奶, 因为这样的话我就永远见不到她了。

生2: 我虽然不想让死神带走奶奶, 但是奶奶的病会给她的身体带来痛苦, 也许让死神带走她, 她就没有那么辛苦了, 所以我选择让死神带走奶奶。

师: 死神也看出了大家的纠结, 所以, 他对大家说了三句话, 但有些部分缺失了, 请大家补充。

(1) 如果没有黑夜, ( );

(2) 如果没有雨天, ( );

(3) 如果没有死亡, ( )。

学生补充以上三句话, 最终揭示死神还是不得不带走奶奶。

教师扮演奶奶, 将头发扎起来作为入戏的特征。学生拿起布条(代表祖孙之间的连接), 教师扮演的“奶奶”随机走到几个孩子面前, 与他们告别; 最后, “奶奶”与孩子们齐声说“再见”, 并一同放下布条。(播放背景音乐《有一种悲伤》)

师: 想象一下孩子们一年后的生活。

生3: 一起捧着花来墓地看望奶奶。

生4: 过着和之前一样的生活, 吃饭、睡觉、学习, 但有时候会想念奶奶。

**设计意图:** 教师使用社会计量、坐针毡和拳击场等教育戏剧范式, 引导学生亲身体验关于生命的两难抉择; 通过对死神话语的补充, 引导学生初步理解死亡的意义; 通过告别仪式, 使学生学会接纳亲人的离世, 初步树立“向死而生”的积极死亡观。

#### 四、故事结束: 回归真实身份

教师提示故事结束, 将头上发圈拿下, 恢复原来的样子, 并引导学生一边撕下姓名贴, 一边说: “我不是平平(安安、喜喜、乐乐), 我是×××(学生自己的姓名)。”

**设计意图:** 引导学生回归真实身份, 区分故事角色与现实生活。

#### 五、沉淀反思: 遇见“失去”, 接纳“失去”

师提问:

(1) 除了亲人的离世, 生活中我们还要面临哪些“失去”?

生5: 离开家乡; 毕业了与好友分离。

生6: 宠物离世。

(2) 结合故事, 谈谈对“失去”这个话题的感受。

生7: “失去”是生活的常态, 但不能变成稳态, 哭过之后要擦干眼泪, 继续好好生活。

师总结: 我们常常要面临“失去”, 有了“失去”, 那些拥有的时光才显得珍贵。在“失去”的时候, 我们会难过、不舍, 甚至哭泣。通过今天的课, 我想告诉大家, 当你经历“失去”的时候, 如果难过, 就好好哭一场吧, 好好哭泣, 好好去回忆那些开心的、不舍的时刻, 然后打起精神, 好好生活。

**设计意图:** 分享与反思, 让经验落地; 再次点明课题, 用课题对全课内容作总结升华。

#### 【活动反思】

死亡教育是一个敏感而重要的主题, 它涉及生命的终结、情感的处理以及对死亡的理解和接纳。在这样的课程中, 部分学生的情感反应可能会比较强烈, 因此, 本节课采用教育戏剧范式, 带领学生在故事情境中去切身体验“亲人”的离开, 以降低强烈的情感反应所造成的影响, 从而树立“向死而生”的积极死亡观, 珍惜当下, 好好生活。

本节课创设了一个安全的情境, 学生在此情境下进行情感表达, 这对学生而言非常重要。在本节课中, 当得知死神还是把“奶奶”带走了时, 有些学生流下了眼泪。哭泣是情感的一种宣泄方式, 有助于学生处理和释放内心的压力和悲伤。值得注意的是, 有几名在课上哭了的学生, 在最后分享关于“失去”这个话题时是充满能量的, 这表明他们已经从中获得了成长的力量, 这些力量来自对死亡和生命的深刻理解。

学会接纳失去, 是每个人生命中重要的一课。本节课尝试引导学生思考如何面对生命中不可避免的终结, 如何理解和处理与死亡相关的情感, 以及如何在失去中获取成长力量。实践效果表明, 通过这节课, 学生们学会了接纳自己的悲伤情绪, 并从眼泪中获得了前进的力量。

#### 参考文献

[1]海德格尔. 海德格尔文集[M]. 孙周兴, 王庆节, 主编. 北京: 商务印书馆, 2018.