

【成人教育】

鄭書芳

高齡化社會中的 死亡教育 (下)

什麼是死亡的尊嚴與生命的尊嚴？

死亡教育的必要性在那裡？有那些內容？

如何在高齡化社會中實踐死亡教育？

〔死亡的尊嚴與生命的尊嚴〕

誠如傅偉勳（民82）在《死亡的尊嚴與生命的尊嚴》一書中強調的，高齡化固然反映了人類現實生活的大躍進，但從終極生命問題的角度去看，卻又彰顯「日近死亡」的高度精神意義。高齡化乃至死亡過程，就表層來看，只不過是外在生命（即身體）逐漸衰弱終至腐敗的負面過程，因此令人恐懼厭惡，種種消極心理隨之產生；但就深層來看，則是內在生命（即精神）繼續成長不休，且更能深化的積極正面的人生階段。於此，高齡化到死亡過程，更深一層說，即不外是訓練每一個人，培養「生命的尊嚴」與「死亡的尊嚴」雙重實存態度的最後階段。

由上可知，高齡化現象與現代人的死亡問題有密切的關連。基本上，可以經由不同管道來解決部分問題，例如社會福利或教育。本篇報告主要探討實施死亡教育的必要性，雖



然「教育」不是萬靈丹，但它確實是解決問題的一種重要方式。其目的在於喚醒大家對問題重要性與急迫性的覺知，並提供大家各種解決的方法或資源，以資運用。以下將探討實施死亡教育的相關課題。

實施「死亡教育」以達到助人「生有如夏花，死美如秋葉」的理想

〔「死亡教育」的意義〕

如果教育的功能之一是要訓練、幫助學習者適應未來的生活，並為即將面對的種種事件、問題預作準備，那麼「死亡」既是生命中不可避免的一部分，雖然它是生命的最後一個階段，也是應該包含在教育的範圍之內的（黃天中，民81）。死亡教育又包括非正式教育與正式教育，並強調「可教時機」。

筆者綜合各項說法（黃天中，民81；傅偉勳，民82；蔡明昌，民84），將死亡教育定義為「透過有計畫的正式教學歷程，或非正式學習方式，由哲學、心理學、醫學、社會學、宗教、文化等各種觀點對死亡相關主題加以探討，並專就單獨實存所面臨到的個別死亡問

題予以探討。其目的在幫助每一個個體培養比較健全的生死智慧，建立正面積極的人生態度，以保持生命的尊嚴，而到生命成長的最後階段，也能安然地接受死亡，維持死亡的尊嚴。」

「死亡教育」的必要性

◎從個人面來看

Kalish 指出有四種人會對死亡教育產生興趣：（一）個人從前曾有過親人或朋友死亡的經驗，尚未完全從中恢復的，即有問題未獲解決；（二）個人正在經歷一些經驗，如有親朋好友得了嚴重的疾病或前不久有重要他人過世；（三）和可能接觸死亡問題的工作有關，例如護理人員、醫師、社工人員、牧師及在安養機構中的人員等；（四）希望能更了解死亡的意義和更有效幫助他人或自己處理相關臨終死亡問題者，此種人主要是基於好奇心或未雨綢繆的心理（Corr, Nabe & Corr, 1994）。

◎從社會面來看

（一）美國著名詩人愛里歐特（T.S.Eliot）在一九五五年首倡死亡教育與性教育同樣需要（傅偉勳，民82）。在國內早已有學者積極倡導性教育的重要，而近年來在高齡化



社會的浪潮裡，也有人開始積極想要喚醒人們對死亡、臨終等的覺知。希望社會大眾能坦然面對死亡，而不是一味地視死亡為禁忌。

(二) 為因應高齡化的來臨，人們需要死亡教育，以幫助老年父母超脫死亡，使其臨終過程能更人性化。

(三) 改善社會風氣，經由死亡教育，教人由死看生，不但重視生命的價值，更重視死亡的品質，如此，人們較不會草菅人命（如一些砂石車司機）。另外，經由死亡教育的推廣，也能改善台灣辦理葬禮時的不良風氣，例如電子琴花車、請人哭墓等「做門面」的作法，而更能莊嚴肅穆地辦理喪葬儀式。

〔「死亡教育」的內容〕

Knott 於 1979 年針對死亡教育目標，指出死亡教育的課程主要是在加強三種領域的學習（引自蔡明昌，民 84）：

(一) 資訊分享（information sharing）：包括與死亡學有關的概念與理論資料的分享。

(二) 價值澄清（values clarification）：幫助個人檢視並澄清對許多選擇和重要決定的價值觀，這種重要決定的機會包括死亡型態在內。

(三) 調適行為 (coping behaviors) : 個人精熟各類型的助人技巧，以幫助自己或別人做好適當的調適。

整體而言，死亡教育應包含四個面向：(一) 知識的；(二) 情意的；(三) 行為的；

(四) 價值的 (Corr, Nabe & Corr, 1994)。死亡教育的內容實施除了課程教材外，應包括潛在學習、參觀學習，最重要的是透過學員間彼此的經驗分享和自我表露，會有更好的潛在效果。

就具體課程而言，死亡教育包含以下課程內容 (引自蔡明昌，民84)：

(一) 死亡的本質及意義：哲學、倫理及宗教對死亡及瀕死的觀點；死亡的醫學、心理、社會及法律的定義或意義；生命的過程及循環；死亡的禁忌；死亡的泛文化比較。

(二) 對死亡及瀕死的態度和引起的情緒問題：兒童、青少年及成年人對死亡的態度；兒童生命概念的發展；性別角色和死亡；了解及照顧瀕死的親友；死別與哀悼；為死亡預作準備；文學及藝術中的死亡描寫；寡婦、鰥夫及孤兒的心理適應。

(三) 對死亡及瀕死的處理及調適：對兒童解釋死亡；與病重親友間的溝通，對親友弔慰；器官的捐贈與移植；有關死亡的業務，如遺體的處理方式、殯儀館的角色及功能、葬禮的儀式和選擇、喪事的費用；和死亡有關的法律問題，如遺囑、繼承權、健康保險等；生活型態與死亡型態的關係。



(四) 特殊問題的探討：自殺及自毀行為；安樂死 (euthanasia)；意外死亡、暴力行為；死亡教育的發展及其教材、教法的研究。

此外，依不同的實施對象，有不同的課程內涵。例如，依蔡明昌（民 84）的研究結果，針對老年人所實施的死亡教育，其課程內容首重「對老年期的探討」及「臨終關懷」兩類，其次依序為「醫學上的觀點」、「哀傷輔導」、「死亡的本質」及「死亡的社會問題探討」。另外，死亡教育也可與其他種類課程相結合，例如透過宗教教育、保健教育等，也許能有更好的教學效果。

〔「死亡教育」的成效〕

美國實施死亡教育及研究死亡教育相關課題，已有二十多年之久，其中學者多次運用實驗法來探討死亡教育的實施成效，最早將死亡教育成效指標訂為「減低死亡焦慮」，也發展出許多有關死亡態度等的量表，例如 Templer-McMordie Death Anxiety Scale (DAS)、the Threat Index (TI)、Death Anxiety Questionnaire (DAQ)、Death Attitude Profile (DAP)、Semantic Difference Scale (SDS) 等 (Kn-ight & Elfenbein, 1993)，但是實驗結果總是十分分歧。依據保羅 (Paul, 1988) 研究中的文獻探討指出，對死亡教育成效的爭議與質疑，歸納出主要有三點可能原因：介

入教學的方式、上課期間的長短或是測量工具的不同。

近年來，也有研究者如保羅增加一項成效指標，可說是「創造對生命的正面價值」，是根據 Crumbaugh and Maholick 在一九六四年依據傅朗克 (Viktor E. Frankl) 意義治療 (logotherapy) 理論發展出來的「生命目的測驗」(The Purpose in Life Test) 量表為工具，主要是想測出接受過死亡教育的學員，他(她)們對生命意義與目的的覺知程度。其基本假設是生與死是一體的兩面，死亡教育不只要消極地減低死亡焦慮與恐懼，更要積極創造對生命的正面價值。

高齡化社會中「死亡教育」的實踐

高齡化社會中的組成分子異質性多，不只老年人需要透過正式教育或非正式學習情境學習生死學，兒童、青少年和成年人都需要！以下將各別說明：

〔一、對大眾傳播媒體的建議〕

死亡教育要推廣得好，首先須使人們不將死亡視為禁忌或避而不談。終究「人是向死的存在」，沒有人能夠倖免。要讓社會大眾對死亡有所認識，大眾傳播媒體是最方便的宣傳



工具，且每天有很多人藉由電視、報紙、雜誌、廣播等獲得資訊。若生死學專家、政府相關單位或民間相關基金會，能積極輔導大眾傳播媒體，製作有關死亡教育課題的節目或一系列報導，例如公共電視以輕鬆、活潑，寓教於樂的方式，來激發大眾體認到：除非是人為因素或意外事故所造成的死亡事件，其實死亡是正常、自然且不可避免的事；有時可以針對不同課題，如安樂死、自殺、臨終關懷等製作感性與知性的節目；或針對時事，如自殺、飛機事故、~~三~~大火等，製作特別「深入」報導，這裡的「深入」不是只有報導人們如何自殺、飛機如何造成失事，或如何找出兇手及引咎辭職的人等技術性的問題，更不是只將所有事情的報導當成事件、新聞來炒作而已。至於如何突破現況而有更積極、深入的報導，則是相關人士努力的方向。

另外，大眾傳播媒體也應該有傳播死亡教育的正向功能展現，例如台灣的報紙、電視通常報憂不報喜，使得社會大眾只有看到死亡的種種悲慘面貌，而產生更大的恐懼與不安。

〔二、對各級學校的建議〕

死亡教育和性教育一樣重要，是不可忽略的。由於升學壓力、感情諸事不順，各級年輕學生嚴重偏差行為及自殺者日益增多。學校教育出了什麼問題？筆者認為不是只有教育改革才能解決一切問題。如何讓年輕學子體認到生命的可貴及人生的價值，而更珍惜自己、

愛護他人？藉由學校實施死亡教育或生死教育，讓學生有機會思考生死問題，應該會有所幫助吧！預防重於治療，不要只有發生事情時，才怪罪學生家庭破碎、現代學生挫折忍受度不夠，這是於事無補且不公平的。畢竟整個社會環境已不像傳統社會那般單純了，教育須隨著社會變遷而有所改變，這也是應然的結果。

另外，藉由學校實施死亡教育，當家中有親人重病或親人過世時，兒童、青少年們也能有良好的調適或者幫忙安撫家人的傷痛。

〔三、對成人教育的建議〕

兒童、青少年需要死亡教育，成年人當然也需要生死學相關課題的引導。尤其成年子女，平常應該試著觀察老年父母對死亡是否心存焦慮，或深怕孤獨、被冷落，而且應常常向父母表示關心、愛意，甚至試著用委婉的言語、態度和父母討論有關死亡的話題，如此也可以幫助父母克服死亡的恐懼。最後當遇到年老父母生病、臨終時更需要有相關知識的引導，讓父母在臨終時能獲得良好的照顧，耐心傾聽他們內心的想法，幫助他們完成心願，畢竟這是最後一次實實在在能為父母服務的機會了，而不是只為了問出財產在那裡？要如何分配財產？

另一方面，若自己或配偶步上中年，感覺自己逐漸老化、衰弱時，對死亡的恐懼可能



日漸增加，為了自己也為了配偶，最好相偕討論有關死亡課題，成效更佳。

所以，成人教育也應該提供死亡教育相關課程及研習會，並培養實施死亡教育的教師，更需要研究死亡教育相關課題。如同《國際成人及繼續教育辭典》(Jarvis, 1990)對死亡教育的定義中強調，死亡教育已逐漸成為成人教育課程方案的重要一環。

〔四、對老人教育的建議〕

根據蔡明昌(民84)研究結果顯示，老人頗能接受死亡教育，而且死亡焦慮愈高的老人接受死亡教育的程度愈高。這實在是開設死亡教育相關課程的一個有利條件——老人普遍能接受死亡教育，且愈需要接受的人愈能夠接受。因此，老人教育相關課程應儘快開設，以嘉惠老人。另外，從事老人教育教學工作者，也應該多運用機會教育及潛在課程的功能，提供死亡教育相關訊息，或多充實自身有關死亡教育的知識以備不時之需，或重視有關死亡問題的輔導與諮商，並培養輔導技巧。因為老年人是面臨「死亡」的高危險群，教師需有隨時提供適當資訊與輔導的能力。

〔五、對醫療、輔導、社工等專業人員的建議〕

醫療、輔導、社工等專業人員常常會遇到有關臨終與死亡的問題，所以死亡教育應該

是這些專業人員養成教育的重要一環。如此不但能幫助自己調適情緒，更能幫助臨終患者及其家屬或想自殺的人，一方面提供相關選擇的資訊，一方面能試著了解病患的各種心理、生理的需要，必要時提供幫助。如此才不至於因為看多了而見怪不怪，顯得無情、冷漠，或比病患早些崩潰了。

結語

其實每個人不分男女老幼，不分貴賤貧富，都需要接受死亡教育。只是在工業化與高齡化社會來臨之際，死亡問題因著臨終過程的延長而更加嚴重，或可解釋成因為人們生活水準的提高，在飽足之餘，更有時間和精力，來深入探討個人的死亡問題及根本生命的問題。所以，實施死亡教育，探討生死學，已是現代人刻不容緩的生命課題了。

最後，以傅偉勳（民82）書中的一段話作為結束，也留待大家思考解決之道：「高齡化的實際問題是，如何安頓退休以後長年衰弱的老年人，或患有嚴重病症甚至絕症老年人的日常生活，使他（她）們不致感到孤離無依，在精神上仍能安身立命（生命的尊嚴），而死神來臨之時不致感到恐懼不安，反能從容自然地接受死亡（死亡的尊嚴）。」

（編者按：本文作者現就讀於中正大學成人及繼續教育研究所）