

# 论高校音乐教育对学生情绪、情感的影响作用

杨婷茜

(通化师范学院音乐学院 吉林 通化 134001)

**[摘要]** 本文基于当前高校音乐教育现状,论证了高校音乐教育对学生情绪、情感的影响作用,音乐教育不仅仅能够疏导学生的情感,调节学生的情绪,也能够激发学生情感的表达。希望通过本文,能够对高校音乐教育工作者如何在课堂上使用音乐影响学生的情绪,从正向影响学生,使学生获得良好的课堂体验。

**[关键词]** 高校; 音乐教育; 情绪; 情感; 影响

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.05.2042

音乐是人类共同的语言,对于人类的情绪和情感都有着重要的影响。在教育领域,相关专业教师也要深刻认识到音乐教育对于学生情绪、情感的重要影响。在高校音乐课程规划的过程中,教师要引导学生以正确的态度来面对人生中的高低起伏,人生在世,喜怒哀乐都是人生的常态,在面对家人、朋友的时候,我们要用真诚的态度营造良好的关系。通过音乐教育,也能够有效地激发学生的正能量,让学生们远离负面情绪的影响。学生们要学会音乐来调节自己的情绪,以积极的心态笑对人生。

## 一、高校音乐教育发展现状

首先,在高校音乐教学中,一些教育管理者由于深受传统教学思想的熏陶,对于现阶段国际化的音乐发展趋势并不是完全认同,思想观念相对比较保守。这在发展和改革音乐教学的过程中带来了一定的阻碍。其次,在组织高校音乐竞赛或者文艺表演等活动的过程中,高校教育者并未予以重视,从而导致学生对这些音乐活动和赛事缺乏一定的积极性和重视度。再次,在教学理念上,教师和学生尚未完全树立新型的教学理念,观念有待革新,从而导致在教学过程中,新型的音乐教学方式难以落实,或者效果甚微。最后,师资力量薄弱也是高校音乐课程改革不容乐观的重要原因。教师是带领学生学习音乐、培养新型音乐人才的重要角色,因而只有拥有丰富的教师资源,才能保证音乐教育事业的蓬勃发展。除此之外,音乐教学设施不够完善,也是阻碍高校音乐教学发展的原因之一。高校在这方面的投资没有做到该买则买,而是使用旧版甚至过时的音乐设备进行教学,这种音乐课堂本身就缺乏特色和吸引力,也就无法保证学生的学习和创新,对高校音乐教育改革十分不利。

## 二、音乐教育对学生情绪、情感的影响

### (一) 音乐对学生情感有疏导的作用

音乐是一种关于声音的艺术,对于敏感的人类而言,音乐能够对情绪产生一定的影响,音乐与情绪有着十分密切的关系。人们在开心或伤心时听到音乐,内心都会有所感触。音乐除了是一种艺术形式以外,还是一种独特的语言,是一种对所有人通用的心灵情感语言,音乐是全人类共同拥有的交际规则。无论人们使用的是何种语言,表达情绪的方式都是相同的:愤怒的时候会大喊,伤心的时候会流泪。音乐也是如此。曾经有心理学家召集了几百名志愿者做过一个实验,结果显示:舒缓的音乐会让听者情绪忧伤,高亢欢快的旋律容易让人产生兴奋的情绪,而交替播放两种音乐的时候,人的情绪也会随着音乐跌宕起伏。由此可见,音乐对人的情绪、情感有着重要的影响,音乐中的音色、音频、音效等因素会对人的大脑皮层产生作用,让听者本能地跟随音乐产生冥想,唤起听者或美好或伤心的记忆。所以,合适的音乐能够让人释放压力,舒缓情绪,起到放松身心的疏导作用。因此,高校可以借助音乐教育对高校学生进行情绪、情感的疏导,帮助学生建立阳光自

信的心态。

### (二) 音乐对学生情绪有调节的作用

情绪是一个人在受到某种刺激时所产生的心理反应。高校学生在学习、生活、人际交往等活动中由于各种压力而引起的负面情绪,如焦虑、抑郁、冷漠等,会对身心健康产生不利的影响。音乐通过听觉器官和神经传入人体,会对体内的生理节奏产生作用,引起机体细胞的共振,从而使身体产生反应。实验表明,音乐会使学生的心率、肌肉的紧张程度发生变化,这些生理变化能直接引起心理和情绪方面的变化。美好动听的音乐、舒缓而规律的声波震动对人体细胞、血液的流动有促进作用,可以让学生紧张的心理和情绪得到缓解。高校学生具备良好的情绪状态之后,人际交往中的紧张和压力也会得到改善。有研究表明,优美动听的音乐不仅可以让学生保持心情愉悦,在使学生心境保持和谐的状态下,还有以情益智的作用。对于高校学生来说,这让他们在遇到问题的时候,能够成熟理智地进行思考,处理事情的能力也会得到增长,能够帮助他们解决学习、生活、人际关系中的难题,内心的压力会逐渐消失,有助于整个人的状态逐渐转好,形成良性循环。

### (三) 音乐对学生情感有激发的作用

音乐在作为人的情感表达载体的同时,也是人的精神和情感力量的源泉。音乐可以给学生以美的体验,对学生的情感有很强的感染作用,美感体验激发学生产生积极的情绪,保持平和健康的心态。以美益智,好的音乐对学生的记忆力、想象力和思维能力等有积极的促进作用。美感体验还包括崇高的激情体验,如一些崇高而悲怆的音乐往往给人以巨大的情感激励和精神动力,让人产生积极的情绪。音乐的情感审美对学生的情感反应有重要的影响,对音乐美的感知可以让学生产生各种各样的情绪,这与学生的音乐审美心理有密切关系,可以影响学生的情感表现。音乐审美奠定了学生的审美心理活动基础。

## 三、高校音乐教育对学生情绪影响的重要性

音乐教育不仅让每一位学生都能接受音乐艺术的熏陶,让学生对音乐知识、技巧进行深入了解,更能全面提升学生的音乐欣赏能力,能够自己独立选择合适的曲目,发挥音乐对情绪、情感的正面引导作用。音乐是一种艺术语言,能够表达情感,也是个体性格特点的体现。将音乐教育作为媒介,促进学生之间的团结,良好的集体环境能让学生们感觉到家庭般的温暖,对情绪和情感有很好的安抚作用。学校范围内的音乐活动对学生有积极的意义,然而还是无法完全避免一些学生遭受情绪或情感的困扰,高校要做好这些方面的相关建设,为学生提供更舒适、隐蔽和专业化的帮助。学校可以定期举办音乐知识讲座,为学生讲解音乐情绪疏导的相关知识,并推荐一些优秀的音乐作品,教授学生对自己进行音乐心理疏导的科学方法,鼓励学生积极参与学校的音乐活动,正确认识自己的不良情绪,引起学生对音乐心理疏导的关注,也提高学生对自我心理健康的重视程度。学校还可以通过音乐广播电台对学生进行音

乐教育,加强音乐教育对情绪疏导的全面建设,让音乐对学生产生积极的影响。

#### 四、结束语

综上所述,在高校音乐教育的过程中,合理引入音乐能够对学生的情绪、情感进行有效地调节,从而促进学生的课堂学习效率。作为新时代的教育工作者,大学的音乐教育工作者要根据实际的教学需求,合理组织相应的音乐教育活动,通过音乐让学生产生积极的情绪,排解消极情绪带来的不利影响,激发学生的情感,促进学生的全面发展。

#### 参考文献

- [1]唐昌菲,熊祉童.新时代高校音乐思政教育改革新探——以《你是这样的人》为例[J].武陵学刊,2021,46(03):140-144.
- [2]宋雪,贾汝聪.疫情防控背景下接受式音乐治疗对大学生焦虑情绪的干预研究——以山东第一医科大学外国语学院为例[J].当代音乐,2020(12):178-180.
- [3]许洁,江俊.自闭症者音乐能力研究——音乐治疗学的新领域[J].音乐艺术(上海音乐学院学报),2020(03):186-192+5.
- [4]许馨元.我国音乐心理学的发展现状分析——基于音乐心理学专业委员会第二届学术年会的调查[J].艺术教育,2020(08):55-58.
- [5]宋蓓.我国音乐心理学的最新发展动态分析——基于中国心理学会音乐心理学专业委员会学术年会的思考[J].人民音乐,2020(05):74-76.

[6]潘威.人工智能时代高校音乐教学的境遇与因应——以视唱练耳教学为例[J].教育科学,2020,36(02):59-63.

[7]李明津.“中国心理学会音乐心理学专业委员会第二届学术年会”综述——音乐心理学的前沿研究和最新应用[J].中国民族博览,2020(04):149-150.

[8]陈惠.音乐教育对大学生心理调节功能的影响研究[J].北方音乐,2019,39(23):255-256.

[9]尚明利.音乐教育之实践与审美赏析——评《大学音乐基础与欣赏》[J].教育发展研究,2019,39(22):88.

[10]张静.论音乐教育对中小學生人格塑造及其审美能力方面的积极影响[J].北方音乐,2019,39(13):193+195.

[11]张惠,刘艳琴,张浩.音乐疗法在缓解大学生焦虑、抑郁情绪的安全阀作用浅析——以赣西某高校为例[J].宜春学院学报,2019,41(05):114-117.

[12]王翼如.在高校音乐教育中践行社会主义核心价值观的实践路径研究[J].佳木斯职业学院学报,2018(02):150+152.

[13]张丽,潘发达.速度与调式在诱发情绪反应中的作用:来自中西方传统音乐的证据[J].心理学探新,2017,37(06):549-554.

[14]田耀农.在目的论指导下的音乐教育——兼谈《音乐课程标准》的领会与实施[J].南京艺术学院学报(音乐与表演版),2006(01):25-31.

[15]刘沛.音乐教育哲学观点的历史演进——兼论多维度音乐课程价值及逻辑起点[J].中国音乐,2004(04):157-164.

#### (上接第2084页)

育,学生在高职院校学习,其目的就是想通过接受高职教育,学到一定的知识和技能,毕业后能够找到适合自身发展需要的就业岗位。高职教育的办学理念要从以教育教学资源为导向转向以就业为导向,学校应该以就业为导向,以服务为宗旨,紧贴社会需求,以社会评价人才培养水平为标准,积极跟踪市场,培养适销对路的高技能人才,学校的发展才更有持久力。

专业设置要以就业为导向,对新设专业要进行广泛的行业企业调研、职业岗位分析,由专业指导委员会开展专业设置的可行性论证,并征求行业、企业和用人单位的意见,在此基础上进行人才培养目标和规格定位,制定出规范的专业教学大纲和教学实施方案。专业调整要根据就业情况和学校的教育教学资源建设进行动态的调整,要以服务区域经济和社会发展为目标,灵活调整专业,强化职业教育特色。同时根据市场需求与专业设置情况,建立重点专业为龙头,相关专业为支撑的专业群,拓宽学生的专业面,增强学生的就业能力。

#### (五)改革课程体系,培养就业能力

高职院校的毕业生能否顺利就业,不仅关系到广大毕业生的切身利益,而且关系到高职院校的生存与发展。为此,高职院校要以提高毕业生应聘就业能力为中心,转变教育思想和理念,全面进行课程体系、教育内容和培养模式等改革,提高人才培养质量。毕业生的质量是高职院校发展的生命线。只有严把教育教学质量关,培养出高素质的合格毕业生,才能实现毕业生就业。目标。提高学生就业能力应实施高职教育教学的创新。课程设置创新应体现宽基础、活模块、重技能的原则,构建理论知识、专业技能和职业素质相结合的课程体系,积极开发培养创造力的课程内容。教学模式创新,要变传统的以传授

知识为主的封闭式教学模式为以培养能力为主的开放式教学模式,逐步培养学生大胆质疑、提出问题、多向思考、科学想象等创新思维能力;教学手段创新,要加强实践环节教学,增加学生实践机会,运用现代化教学手段展示科技新成果,激发学生创新意识,提高学生动手能力。教学体制创新,以能力为本位的实践教学是高职教育的核心和关键。要建立完善以培养学生职业素质和操作能力为主的职业教育教学体制,使每个毕业生都成为德、智、体、美全面发展的有专业理论知识、会操作的技能型人才。

#### 四、结束语

综上所述,提升高职院校毕业生就业质量已成为当前社会发展的必然趋势,直接影响了我国人才市场的发展,因此,为了更好地促进高职院校毕业生就业质量的提升,就需要社会、个人与学校的共同努力。而通过高度重视就业工作、加强实践能力培养、深化职业生涯教育及完善就业服务体系等具体措施能够较好地实现这一目标,提高我国毕业生的综合素质,从而提升高职院校毕业生就业质量,实现人才的合理分配与流动。

#### 参考文献

- [1]李雪莹.高职院校应届毕业生就业能力提升途径[J].科学咨询(教育科研),2020(10).
- [2]钱莹瑜.疫情防控常态化形势下的高职应届毕业生职业生涯规划[J].决策探索(下),2021(01).
- [3]施吉瑞.浅谈校企合作下高职就业指导服务体系的构建[J].就业与保障,2020(01).
- [4]邓安成.有效构建职业院校就业指导服务体系[J].人力资源,2020(14).