

# 美育心理对学生身心健康的影响研究

## ——以音乐美育为例

Research on the Influence of Aesthetic Education Psychology on  
Students' Physical and Mental Health  
——Taking Music Aesthetic Education as an Example

郭顺清

Shunqing Guo

上海市工业技术学校, 中国·上海 200231

Shanghai Industrial Technical School, Shanghai, 200231, China

**【摘要】**为了解美育心理对学生身心健康的影响,本次研究采用整体抽样的方法,设置了基本信息、音乐基础与音乐态度三部分问题,对上海市工业技术学校 707 名学生进行问卷调查。结果显示,多元美育不但能提升学生整体的艺术修养,更能促进工科学生的专业技能发展。因此,不论是开展艺术活动还是课堂上的艺术教学,对工科学生来说都是非常必要的。

**【Abstract】**In order to understand the impact of aesthetic education on students' physical and mental health, this study used the overall sampling method to set up three parts of basic information, music foundation and musical attitude, and conducted a questionnaire survey on 707 students of Shanghai Industrial Technical School. The results show that diversified aesthetic education can not only improve the overall artistic accomplishment of students, but also promote the development of professional skills of engineering students. Therefore, whether it is to carry out artistic activities or art teaching in the classroom, it is very necessary for engineering students.

**【关键词】**美育心理;身心健康;中职学生

**【Keywords】**aesthetic education psychology; physical and mental health; secondary vocational students

**【DOI】**<https://doi.org/10.26549/jxjfxysj.v1i2.1127>

## 1 问题的提出

### 1.1 美育心理的概念

美育心理研究的是以音乐、美术、文学的艺术美和自然、社会生活中的现实美为教育手段感染学生,发展其鉴赏美、创造美与识别美与丑的能力,培养他们高尚的道德情操和文明习惯,促进他们的智力和身体的健康发展的教育方式<sup>①</sup>。其核心概念包括以下两个部分:①多元美育教育:美育是一种文化,也是大文化系统中最活跃、最具特色的文化现象。多元美育教育强调以美育人,为学生提供平等的学习环境,帮助学生形成多重美感,使他们能够理解多元美,健康地发展多元美育教育,更好地顺应时代发展潮流。②身心健康:学生既有身体健康教育方面的内容,又有心理健康教育方面的内容。

### 1.2 本研究的意义

关注中等职业学校面临的共同挑战即健康教育的缺失,深化课程改革,促进学生综合素质的培养,全面提高学校的教育教学质量;为中职学校健康教育的交流与互动积累经验,为和谐校园建设、为每一个学生的终身发展奠定良好的基础<sup>②</sup>。主要的研究价值为:①实践性价值:改善中职学生“身心健康”

缺失的现状,明确影响学生“身心健康”缺失的主要因素,并针对这些因素确立多元美育教育方案的目标。②理论性意义:促使多元美育教育理论研究与学生身心健康更紧密地结合,为多元美育教育的应用研究提供新的思路,使多元音乐研究范围得到拓展,在一定程度上丰富多元美育教育研究的内涵<sup>③</sup>。

## 2 研究对象与研究方法

### 2.1 研究对象

样本选自上海市工业技术学校(模具、数控、机电、制冷、数字传媒、眼视光、信息)专业的在校学生。采用整群抽样的方法,排除严重躯体疾病、重型精神疾病和药物成瘾者,按比例分层抽取具有代表性的 7 个专业一年级至三年级共计 707 名学生为调查对象。剔除无效问卷,被试学生年龄为  $16.89 \pm 0.64$  岁。汇总信息并进行分析研究,最终确定 50 名被试进行“多元美育提升学生身心健康”的实践教育对照组实验,并对学生的状况进行后测与随访。

本次调查内容主要包括三部分:①调查学生的基本情况,包括学生家庭的离异情况及离异家庭的学生比例、学生的音乐基础和对学习音乐的兴趣、态度和价值观,采用问卷调查,

通过分析数据发现问题所在;②调查学生的心理现状,主要通过实名调查,在 707 名学生中找到存在或可能存在心理问题的学生数据,再针对这部分学生进行调查,了解学生中主要存在的心理问题;③对心理健康问卷得分在“31~40 分”及“40 分以上”的学生进行深入调查,找出其心理特征与行为问题、多动冲动、同伴相处、总的困难及社会化行为等因子存在的关联,并找到问题产生的原因。

## 2.2 调查方法

本研究为现况调查,测试前取得被测试者知情同意,由班主任协助统一主试和指导。以班级为单位,要求学生根据自己的真实情况填写问卷,一小时内当场收回问卷。

## 2.3 统计方法

应用 SPSS 19.0 统计软件处理,采用统计描述、单因素方差分析、卡方检验、t 检验及 Pearson 积差相关系数统计描述。数据符合正态分布时,采用参数统计方法,即计量资料采用 T 检验,其余则采用独立样本的团体 T 检验。

## 3 多元美育与身心健康的现状分析

### 3.1 学生的家庭情况

学生家庭情况调查汇总如表 1 所示。

表 1 学生家庭情况调查汇总表 (N=707)

年级	总人数	寄宿比	离异家庭	非沪籍	认为家长不了解比
一年级	303	100(30.3%)	35(11.6%)	75(24.8%)	130(42.9%)
二年级	253	55(21.7%)	28(11.0%)	65(25.7%)	115(45.5%)
三年级	151	45(29.8%)	30(19.9%)	61(40.4%)	101(66.9%)
合计	707	200(28.3%)	93(13.2%)	201(28.4%)	346(48.9%)

表 1 表明,在接受调查的学生中,寄宿学生占总人数的 28.3%,离异家庭学生占 13.2%,非沪籍的学生人数比例达到 28.4%,而认为家长不了解自己的学生人数将近一半。由此可以发现,由于家庭教育的缺陷,学生在情感、行为、性格以及价值观方面更易产生缺失,由此导致的心理缺失也较为严重。学校教育应该根据学生的实际情况出发,更加重视对学生心理健康教育和辅导。而在我校,更有效的方法就是把心理健康教育和心理辅导渗透到各个学科的教学中去。

### 3.2 学生心理现状的调查

#### 3.2.1 学生的综合调查

本次调查发放调查问卷 707 份,收回 694 份,未收回 13 份;无效问卷 11 份,有效 683 份。调查的对象包括中专班和贯通班一、二、三年级学生共 707 人。心

理健康调查问卷汇总表(见表 2)评价参考:0~8 分非常健康;9~16 分健康;17~30 分需要帮助;31~40 分需要进行检查或治疗;40 分以上较严重,需及时治疗。

表 2 各年级心理健康调查问卷汇总表

年级	总人数	0~8 分 (人%)	9~16 分 (人%)	17~30 分 (人%)	31~40 分 (人%)	40 分以上
一年级	274	37 13.5%	144 52.6%	53 19.3%	32 11.7%	8 2.9%
二年级	247	47 19.0%	116 46.9%	43 17.4%	32 12.9%	9 3.6%
三年级	162	39 24.1%	67 41.4%	26 16.0%	24 14.8%	6 3.7%
合计	683	123 18.0%	327 47.9%	122 17.9%	88 12.97%	23 3.4%

通过对各个年级的数据观察发现:从二年级开始,“心理健康”的学生比例呈现下降趋势,“17~30 分需要帮助”的同学比例没有明显的规律变化,“31~40 分需要进行检查或治疗”和“40 分以上较严重,需及时治疗”的同学比例呈现有规律的上升趋势。

#### 3.2.2 学生的单项调查

对学生的单项调查主要采用心理与行为问题评估量表——症状自评量表 SCL-90,此量表主要反映躯体化(主观躯体不适感)、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐惧、偏执、精神病性及其他(睡眠及饮食情况)共十项心理症状问题<sup>[9]</sup>,结果如表 3 所示。

表 3 表明,心理健康问卷得分在“31~40 分”及“40 分以上”的学生的心理特征与行为问题、多动冲动、同伴相处、总的困难及社会化行为等因子存在极其显著的关联,这部分学生的抑郁自评量表、焦虑自评总分及大部分量表之间不存在显著性的差异,在情绪症状、焦虑症状、同伴相处等方面,这部分学生的问题显著多于得分在 31~40 分的学生( $P<0.05$ ),而此

表 3 心理健康问卷“31~40 分”“40 分以上”的平均数与标准差(M+SD)

学生类型	情绪症状因子	行为问题因子	焦虑症状因子	同伴相处因子	总的困难因子	社会化为因子
31-40 分 (n=97)	2.37+2.16	2.29+1.58	3.50+2.03	2.82+1.61	10.98+5.25	6.98+2.19
40 分以上 (n=32)	2.48+2.16	2.11+1.43	3.30+2.05	2.57+1.54	10.45+5.09	7.85+1.99
t	-1.57	3.89	3.13	5.09	3.29	-13.23
P	117	000	002	000	001	000

表 4 心理健康问卷 40 分以上情况状态和 SDQ(r)

内容	情绪症状因子	行为问题因子	多动冲动因子	同伴相处因子	总的困难因子	社会化为因子
40 分以上情况问卷统计	0.298***	0.312***	0.397***	0.103***	0.401***	0.048*

注:\* $P<0.05$ ; \*\* $P<0.01$ ; \*\*\* $P<0.001$

类情绪症状和多动冲动因子得分相对低,表明这部分学生比其他学生更能感受到自己的行为的不得当。心理健康问卷40分以上情况状态和SDQ如表4所示。

从表4看出,心理健康问卷得分在40分以上的学生的情况状态和SDQ高度相关。具体而言,SDQ(r)中情绪症状、行为问题、多动冲动、同伴相处及总的困难等因素呈正相关,有极其高度显著的统计学意义( $P<0.001$ ),与社会化行为因子也为正相关,有显著统计学意义( $P<0.05$ )。

## 4 整合多元美育资源,提升学生身心健康

### 4.1 营造良好的音乐艺术氛围

第一,利用“广播之声”广播台播放经典音乐,用每周一歌的形式,播放爱国主义歌曲,介绍著名音乐家的生平事迹以及经典歌曲创作的背景和意义,唤起学生心中的爱国热情<sup>9</sup>。同时,通过每个班的微信群、QQ群定期上传经典音乐,让同学们在闲暇时提升精神境界。

第二,开展丰富多彩的音乐艺术活动,营造良好的音乐艺术氛围。举办校园文化艺术节、校园音乐会、舞蹈大赛、歌手大赛、主持人大赛、校乐队、合唱团、音乐剧社、戏剧社,开展学生社团和兴趣小组指导学生进行艺术创作和欣赏实践。有意识地让学生组织或参加迎新晚会、诗朗诵会、各种文艺知识竞赛、校园纪念日和校园艺术节,利用各种艺术活动的优势来提高学生对艺术的兴趣和创造能力。

### 4.2 开展“高雅艺术进校园”活动

开展“高雅艺术进校园”活动,丰富校园文化生活,传承和弘扬优秀民族文化,促进学生正直、向善,在潜移默化中提高学生的审美情趣、艺术修养和文化素质,从而促进学生综合素质的发展。

第一,设立相关的音乐艺术类社团,如街舞社团,校乐队、韩舞社、吉他社、舞龙社等等,同时组织影响广泛且富有意义的活动,既为学生提供德育与音乐艺术相结合的奇妙体验,又激励学生提高自己的艺术修为<sup>10</sup>。

第二,开设以经典红歌为主题的专题讲座:请专业的音乐教授为学生开办经典红歌专题讲座,让学生了解其产生、发展和繁荣的时代背景,使学生意识到如今的幸福生活来之不易,并通过在学校里所学到的知识和技能,为社会做出贡献。

## 5 对照前、后对比分析

从表5可以发现:通过多元美育系列活动,学生五项能力的主要指标均有不同程度的改善,特别是“情绪状态、行为问

题、同伴相处”等部分前、后测试差异显著,说明学生对自己的专业认识以及团队协作能力提升较快,达到了预期的效果。“多动冲动与总的困难”部分虽然没有显著差异,但是也有一定程度的提高,这充分体现了一学期音乐美育为学生心理健康发展产生的良好影响。

表5 一个学期后,对照组学生心理与行为问题评估前测、后测对比分析(N=707;单位:人)

	等级1	等级2	等级3	等级4	等级5	X <sub>2</sub> 值	df	P值
情绪状态 前测	9	6	7	11	9	12.97	4	<0.05*
后测	2	0	12	15	13			
行为问题 前测	10	11	9	7	5	10.94	4	<0.05*
后测	3	4	12	14	9			
多动冲动 前测	7	8	8	10	9	7.00	4	
后测	2	3	9	13	15			
总的困难 前测	6	5	13	11	7	8.69	4	
后测	1	1	12	15	13			
同伴相处 前测	8	5	8	11	10	11.96	4	<0.05*
后测	1	0	13	15	13			

注:P值<0.05即前、后差异显著;df表示自由度

## 6 结语

多元美育作为一种积极的富有创造意义的艺术审美活动,是形成高尚道德的基础,是影响青少年心灵的一种无可取代的手段。人对音乐的感悟、表现和创造,是人类基本素质和能力的一种反映,也是人的道德品性的一种反映。针对中职学生,采取多种教学形式进行音乐美育,引导学生积极体验音乐,用富有创造力的音乐进行实践活动,鼓励学生主动探究音乐并对音乐产生自己的感受与理解,可以为他们终生学习音乐、享受音乐奠定基础,进一步帮助他们建立起音乐与人生的密切关系,让音乐“为其所用”,用音乐和谐心灵。

### 参考文献

- [1]刘雅婷.爱国主义歌曲教学中德育渗透的影响与研究[D].石家庄:河北师范大学,2017.
- [2]周钟.佛教音乐哲学研究[D].南京:南京艺术学院,2016.
- [3]李阳.高校音乐教育的德育功能及实现路径研究[D].长春:长春工业大学,2015.
- [4]颜枫.论高职院校音乐教育中德育功能的开发[D].长沙:湖南师范大学,2011.
- [5]刘仲奇.中学音乐鉴赏与音乐治疗相结合的教学探究[D].呼和浩特:内蒙古师范大学,2016.
- [6]汤慧池.中美基础教育音乐课程价值取向及比较研究[D].长沙:湖南师范大学,2011.