

小学音乐教学与心理干预的融合路径构建 及育人实效研究

任仪婷

珠海市金湾区航空新城小学, 广东 珠海 519040

DOI: 10.61369/ETR.2026070024

摘要 : 小学音乐教学与心理干预的协同融合, 是素质教育背景下“美育”与“心育”衔接的重要探索。当前小学生在音乐学习中普遍存在开口焦虑、情感表达不足、表演恐惧等心理困境, 制约审美育人目标落地。本文基于情感认知理论、音乐治疗理论与人本主义教育理论, 结合教学实践, 从课程内容重构、教学方法创新、评价体系优化、支持系统构建四维, 提出可操作的融合路径, 结合典型案例验证实效。研究表明, 科学融入心理干预能缓解学生心理压力, 提升课堂参与度与情感表达力, 实现音乐技能与心理健康协同发展, 为跨学科融合提供实践范式。

关键词 : 小学音乐教学; 心理干预; 协同融合; 育人实效; 教学路径

Research on the Construction of Integration Paths and Educational Effectiveness of Primary School Music Teaching and Psychological Intervention

Ren Yiting

Zhuhai Jinwan District Aviation New City Primary School, Zhuhai, Guangdong 519040

Abstract : The collaborative integration of primary school music teaching and psychological intervention is an important exploration for connecting "aesthetic education" and "psychological education" under the background of quality-oriented education. Currently, primary school students generally face psychological dilemmas such as speaking anxiety, insufficient emotional expression, and performance phobia in music learning, which restrict the realization of aesthetic education goals. Based on emotional cognitive theory, music therapy theory and humanistic education theory, combined with teaching practice, this paper proposes operable integration paths from four dimensions: curriculum content reconstruction, teaching method innovation, evaluation system optimization, and support system construction, and verifies the effectiveness through typical cases. The research shows that the scientific integration of psychological intervention can alleviate students' psychological pressure, improve classroom participation and emotional expression ability, realize the coordinated development of music skills and mental health, and provide a practical paradigm for interdisciplinary integration.

Keywords : primary school music teaching; psychological intervention; collaborative integration; educational effectiveness; teaching paths

引言

(一) 研究背景

《义务教育音乐课程标准(2022年版)》明确音乐教育应促进学生身心健康和谐发展, 凸显艺术教育育人价值。小学阶段是心理发展关键期, 学习、社交焦虑等问题在音乐课堂中显性化: 部分学生因怕唱错拒唱, 部分情感表达生硬, 还有学生因表演焦虑发挥失常。这些心理障碍不仅降低教学质量, 更抑制学生艺术潜能与心理成长。音乐具有天然情绪调节优势, 心理干预可帮助打破心理壁垒, 二者融合既契合美育本质, 又回应心理健康需求, 具有重要现实意义。

(二) 研究目的与意义

研究目的在于构建科学的心理干预融合路径, 破解教学痛点, 验证融合对学生音乐素养与心理健康的促进作用, 形成可推广范式。理论意义为丰富跨学科融合研究, 厘清协同育人机制; 实践意义为一线教师提供操作指引, 突破“重技能、轻心理”瓶颈, 提升育人实效。

(三) 研究方法

采用多方法结合: 文献研究法梳理核心理论; 行动研究法在3所小学开展为期1学年的实践, 循环优化路径; 案例分析法剖析6个典型案例; 访谈法收集师、生、家长反馈, 完善研究结论。

一、理论支撑与内在逻辑

（一）核心理论支撑

1. 情感认知理论

情感与认知相互促进，负面情绪阻碍音乐感知记忆，心理干预通过情绪疏导建立积极体验，为音乐学习筑牢心理基础。

2. 音乐治疗理论：

音乐元素可调节神经系统，缓解焦虑，教学中心理干预借鉴其理念，以音乐为载体提供情绪释放渠道。

3. 人本主义教育理论

以学生为中心，强调安全包容氛围，融合教学通过个性化策略与发展性评价，让学生获得归属感与成就感。

（二）协同融合的内在逻辑

目标协同：二者均服务于学生全面发展的素质教育目标；功能互补：音乐为心理干预提供载体，心理干预破解教学痛点；过程契合：均以体验式参与为核心，实现自然深度融合。

二、融合痛点与现实诉求

（一）实践痛点

1. 开口焦虑

学生怕唱错被嘲笑，拒唱导致技能提升停滞，陷入“越怕唱越不会唱”的恶性循环。

2. 情感隔阂

具象思维限制对歌曲内涵的理解，演唱呈“念歌词”式，缺乏感染力。

3. 表演恐惧

高压场景下因过度关注评价而发挥失常，打击音乐学习自信心。

4. 情绪波动

课业、社交压力导致课堂注意力不集中，降低音乐学习效能。

（二）现实诉求

需强化教学内容心理适配性、创新融入心理引导方法、构建心理支持型评价体系、整合课堂-校园-家庭多元育人力量，营造持续稳定的心理安全环境。

三、实践路径与案例解析

（一）课程内容重构：挖掘育人元素，搭建情感桥梁

课程内容是融合基础，需充分挖掘音乐作品中的心理育人元素，为学生提供针对性心理支持。

1. 精选情绪适配素材

构建“情绪-音乐”素材库，焦虑学生适配《虫儿飞》《月光》等舒缓作品，自卑学生适配《歌唱祖国》《少年中国说》等激昂作品，社交困难学生适配《朋友》《爱的人间》等温暖作品。

2. 挖掘心理成长主题

教学《蜗牛与黄鹂鸟》渗透“坚持成长”理念，《卖报歌》传

递“坚韧乐观”品格，实现心理价值引领。

3. 设计分层内容

针对开口焦虑学生，采用“节奏模仿→轻声哼鸣→短句演唱→完整演唱”阶梯式方案；针对情感表达薄弱学生，采用“情感联想→动作模仿→歌词创编→情感演唱”递进式方案。

案例1：三年级《幸福拍手歌》教学中，针对部分学生社交焦虑，通过欢快旋律引导积极情绪，以“动作接龙”游戏让学生从“独自做动作”逐步过渡到“小组配合”，突破社交壁垒；鼓励创编友谊主题歌词，强化社交连接。课后访谈显示，85%的焦虑学生愿意参与小组音乐活动，社交顾虑显著降低。

（二）教学方法创新：融入心理技巧，优化学习体验

教学方法是融合关键，需将心理干预技巧与音乐教学方法有机结合，帮助学生突破心理障碍。

1. 情境化活动：

创设贴近学生生活的音乐情境，降低心理防御。教学《小红帽》时，创设“森林探险”情境，让学生扮演角色，通过对话、动作、演唱的结合大胆表达；教学《快乐的节日》时，搭建“校园音乐节”场景，让学生自主设计表演形式，提升表达自信。

2. 体验式引导：

采用“聆听-联想-表达”流程，帮助学生建立个人情感与音乐作品的连接。教学《妈妈的吻》时，让学生闭眼聆听纯音乐旋律，联想亲情温暖瞬间，通过演唱、肢体动作传递情感，提升表达感染力。

3. 合作式实践：

设计小组合唱、乐器合奏、音乐戏剧等合作活动，让学生在团队协作中建立自信。小组合唱中，为内向学生分配节奏伴奏任务，外向学生负责主唱；音乐戏剧活动中，分组创编剧情与动作，在协作中克服表演恐惧。

案例2：四年级《让我们荡起双桨》教学中，针对学生情感表达不足问题，通过播放歌曲音频、展示校园湖景图片，引导感知“轻松愉悦”情绪；让学生分享游玩经历，建立情感共鸣；采用“轻声齐唱→小组轮唱→完整合唱”阶梯式演唱，以“情绪传递到位”“贴合歌曲基调”等具体评价强化表达；鼓励用绘画、舞蹈辅助呈现。课堂观察显示，学生情感表达自然度显著提升，演唱脱离机械感。

（三）评价体系优化：构建发展性评价，强化心理支持

评价体系是融合保障，需构建注重过程、关注成长的发展性评价体系，发挥心理支持功能。

1. 多元评价主体：

引入学生自评、同伴互评与教师评价相结合的模式。学生自评聚焦个人进步，如“敢主动开口演唱”“情感表达更自然”；同伴互评采用“优点+建议”模式，避免负面评判；教师评价注重具体肯定，用“旋律把握准确”“动作设计有创意”等语言给予鼓励。

2. 过程化评价内容：

聚焦学习过程中的心理成长与努力程度，包括课堂参与态度、心理变化、合作精神、情感表达等维度，弱化单一技能结果

评价。

3. 趣味化评价方式：

采用“音乐成长树”“表演小勋章”“情绪小星星”等趣味形式，学生每取得一点进步就获得对应奖励，在轻松氛围中积累成就感。

案例3：五年级《歌唱祖国》教学中，构建多元化评价体系：学生自评填写“成长清单”，记录从“不敢唱”到“敢领唱”的变化；同伴互评使用“星光贴纸”，贴给合作中表现优秀的同学并注明理由；教师发放“个性化评价卡片”，针对性给出肯定与建议。评价后，学生参与积极性明显提高，领唱报名人数从最初的2人增至8人。

（四）支持系统构建：整合多元力量，营造安全环境

支持系统是融合延伸，需整合多元教育力量，巩固融合教学成效，保障路径落地长效性。

1. 打造无评判课堂：

教师树立“接纳差异、鼓励表达”理念，尊重学生的每一种表达。学生唱跑调时，不直接否定，而是引导“对比标准旋律，感受不同表达”；动作设计笨拙时，肯定“创意与勇气”，消除学生心理负担。

2. 搭建低压力展示平台：

设立“课间音乐分享角”“班级音乐会”“校园音乐节”等平台，展示过程不设名次、不搞竞争，注重参与体验与相互欣赏，帮助学生在反复展示中克服表演恐惧。

3. 深化家校协同：

发放《家庭音乐互动指南》，引导家长营造轻松音乐氛围，多鼓励少批评；设计“亲子合唱打卡”“家庭音乐游戏”等活动，强化家庭层面心理支持，巩固课堂融合效果。

案例4：针对六年级学生表演恐惧问题，搭建“阶梯式展示平台”：先在班级内开展“小组轮流展示”，降低关注压力；再在年级内举办“音乐分享会”，鼓励自愿报名；最后参与校园音乐节集体表演。同时通过家长会引导家长配合，在家中模拟展示并给予鼓励。一学期后，32名参与调查的恐惧学生中，27人能自信参与集体表演，21人愿意尝试个人展示，成效显著。

四、实践成效与反思

（一）实践成效

1. 学生层面：

心理障碍有效缓解，音乐课堂主动参与率超90%，85%的学生能自信参与音乐展示；音乐审美体验深化，情感表达更自然真挚，音准、节奏等技能掌握度提升30%，实现心理健康与音乐素养双提升。

2. 教学层面：

破解传统教学痛点，课堂氛围更和谐高效，教师教学理念从“重技能传授”转向“重育人实效”，融合教学案例在区域教研中获得广泛认可，为区域音乐教学改革提供实践样本。

3. 育人层面：

形成“课程-教学-评价-支持”四维融合范式，构建“音乐与心理协同赋能”的跨学科模式，为其他艺术学科与心理健康教育融合提供参考，推动素质教育向更深层次发展。

（二）反思与改进

现存问题：一是个性化干预策略不足，针对极度内向或焦虑学生的差异化方案有待细化；二是教师跨学科专业素养需提升，部分教师对心理干预技巧的运用不够熟练；三是家校协同的深度与持续性不足，部分家长对心理支持的重视程度不够。

未来改进方向：基于心理测评结果，为特殊需求学生制定专项教学方案；通过专题讲座、案例研讨等方式，提升教师心理干预素养与跨学科整合能力；构建长效家校协同机制，通过家长学校、亲子工作坊等形式统一教育理念，形成“课堂教学-校园实践-家庭巩固”的完整育人闭环。

五、结论

心理干预与小学音乐教学的协同融合，是回应学生全面发展需求的创新举措。本文构建的“课程内容重构、教学方法创新、评价体系优化、支持系统构建”四维融合路径，将心理干预自然融入音乐教学各环节，既发挥了音乐教学的情感育人优势，又体现了心理干预的科学引导价值，有效破解了学生音乐学习中的心理障碍。

实践证明，这种融合能显著提升小学音乐教学质量与实效，促进学生心理健康与人格完善，实现“美育”与“心育”协同发展。未来，随着研究的深化，二者融合将更科学、系统、个性化，为小学艺术教育高质量发展注入新动力，助力学生在音乐学习中收获自信、快乐与全面成长。

参考文献

- [1] 曹理. 音乐教育心理学[M]. 上海：上海音乐出版社，2016.
- [2] 郑又慧. 音乐治疗在中小学心理健康教育中的应用[M]. 北京：北京师范大学出版社，2018.
- [3] 罗杰斯. 人本主义教育理论[M]. 北京：人民教育出版社，2015.
- [4] 徐希茅. 音乐教育与心理研究方法[M]. 上海：上海音乐出版社，2009.
- [5] 李姐娜. 音乐治疗与音乐教育的融合路径探索[J]. 中国音乐教育，2020（7）：45-49.
- [6] 张艳. 心理干预在小学音乐教学中的实践价值与应用[J]. 中小学心理健康教育，2021（12）：67-69.
- [7] 刘敏. 基于情感认知理论的小学音乐教学创新[J]. 课程·教材·教法，2022（3）：112-116.
- [8] 陈洁. 体验式教学在小学音乐情感教育中的应用[J]. 中国教育学报，2021（S1）：89-90.
- [9] 赵亮. 小学音乐教学中心理安全环境的构建策略[J]. 艺术教育，2020（11）：187-188.
- [10] 王建军. 跨学科融合视角下小学音乐与心理健康教育的协同育人[J]. 教育理论与实践，2023（9）：56-58.