

# 从“育美”到“润心”：音乐疗愈驱动中小学美育的内涵式发展

孙菡

泰州学院, 江苏 泰州 225300

DOI: 10.61369/VDE.2026010005

**摘 要 :** 近些年, 随着素质教育的提出与稳步推进, 美育重要性日益凸显, 并对其提出了全新要求。音乐疗愈核心内涵是以音乐为媒介, 依托音乐的情感共鸣、情绪调节功能, 实现个体心灵滋养、情绪疏导与心理平衡。基于音乐疗愈推动中小学美育的内涵式发展, 不仅能实现从“表层育美”向“深层润心”跃升, 也能拓展中小学美育的功能边界, 持续提高中小学美育的育人质量, 有效提升学生的音乐水平与审美素养, 助力他们实现真正意义上的全面发展, 为中小学美育内涵式发展提供全新视角与实践路径。对此, 本文围绕从“育美”到“润心”, 首先阐述音乐疗愈驱动中小学美育内涵式发展的意义, 接着提出一系列行之有效的路径, 以期对相关研究者提供一定的参考与借鉴。

**关键词 :** “育美”; “润心”; 音乐疗愈; 美育; 内涵式发展

## From "Cultivating Aesthetic Taste" to "Nurturing the Mind": Music Therapy-Driven Connotative Development of Aesthetic Education in Primary and Secondary Schools

Sun Han

Taizhou University, Taizhou, Jiangsu 225300

**Abstract :** In recent years, with the proposal and steady advancement of quality-oriented education, the importance of aesthetic education has become increasingly prominent, accompanied by the formulation of brand-new requirements for it. The core connotation of music therapy lies in taking music as the medium, relying on its functions of emotional resonance and regulation to achieve individual spiritual nourishment, emotional catharsis and psychological balance. Promoting the connotative development of aesthetic education in primary and secondary schools based on music therapy can not only realize the leap from "superficial aesthetic cultivation" to "in-depth spiritual nurturing", but also expand the functional boundaries of aesthetic education in primary and secondary schools, continuously improve the educational quality of aesthetic education, effectively enhance students' musical proficiency and aesthetic literacy, help them achieve comprehensive development in the true sense, and provide a brand-new perspective and practical path for the connotative development of aesthetic education in primary and secondary schools. In this regard, centering on the transition from "cultivating aesthetic taste" to "nurturing the mind", this paper first expounds the significance of music therapy-driven connotative development of aesthetic education in primary and secondary schools, and then puts forward a series of effective development paths, aiming to provide certain references for relevant researchers.

**Keywords :** "cultivating aesthetic taste"; "nurturing the mind"; music therapy; aesthetic education; connotative development

### 一、音乐疗愈驱动中小学内涵式美育发展意义

#### (一) 有利于实现从“表层育美”向“深层润心”跃升

受传统育人理念的影响, 中小学美育侧重于乐器演奏训练、乐理知识讲解等基础性知识讲解与技能训练, 虽能提升学生的审美素养, 实现“表层育美”, 但难以滋养学生的情感、触动他们的精神世界。音乐疗愈将音乐作为重要的媒介, 其主要是通过和声、旋律等元素, 从情感层面与学生产生深层次共鸣。同时, 学

生在聆听与自身情绪相契合的音乐时, 他们的情感体验更加积极, 有效释放紧张、焦虑等负面情绪。这一过程中, 学生将深入感受音乐蕴含的美, 直击他们的内心深处, 并在掌握音乐知识与演奏技巧的基础上, 深层塑造价值观与情感态度, 实现向“深层润心”的跃升, 促使美育充分满足学生成长的本质需求<sup>[1]</sup>。

#### (二) 有利于拓展中小学美育的功能边界

中小学美育通常聚焦于艺术技能提升、审美能力培养以及艺术知识讲授, 学科教育范围与作用相对局限。引入音乐疗愈能够

突破单一的“审美”维度，拓展美育教育空间，延伸至人际沟通、情绪管理以及心理建设等领域。比如，在音乐疗愈中，通过乐器合奏、集体演唱等方式实施美育教育，学生不仅能在音乐互动中仔细聆听、理解他人，有效增强他们的人际交往能力，也发展其音乐表达能力与感知能力。另外，当学生出现了情绪困扰，可以通过即兴演奏、音乐创作等活动，使他们精准识别、表达以及疏导负面情绪。这样，随着功能边界的不断拓展，美育除了能够提升学生的艺术素养之外，也能推动他们实现身心健康发展，从而使中小学美育内涵得到极大的丰富，充分发挥音乐疗愈的作用<sup>[2]</sup>。

### （三）有利于助力学生实现全面发展

学生全面发展是教育核心目标，涵盖多维度协调成长。音乐疗愈以其艺术魅力和心理干预作用，在促进学生全面发展上优势显著。首先，在认知发展上，音乐疗愈活动能锻炼学生注意力、记忆力等能力，低年级学生通过学唱儿歌等可提升认知加工水平。其次，在情感与人格塑造方面，音乐疗愈为学生的情感表达载体，让学生在情感体验中学会认识与接纳自我，培养积极心态、健全人格和情绪调控能力，对形成稳定心理素质至关重要。再者，在社会性发展上，音乐疗愈的集体活动能增强学生团队合作意识和集体荣誉感，让学生学会尊重差异、有效沟通，提升社会适应和人际交往能力。此外，音乐疗愈能激发学生创造力和想象力，培养创新精神和实践能力。因此，音乐疗愈多维度契合学生全面发展需求，有力支撑中小学美育内涵式发展和学生健康成长<sup>[3]</sup>。

## 二、音乐疗愈驱动中小学美育的内涵式发展路径

### （一）更新认知，树立“育美润心”一体化教育认知

第一，主动更新认知，精确定位“育美润心”育人目标。教师需要打破自己对美育的固有认知，即“美育等于技能训练”“美育等于艺术教育”，准确理解美育内涵式发展的本质要求，合理制定育人目标，深度融合“育美”与“润心”，有效滋养学生的内心世界，塑造健全人格，并推动学生审美素养的进一步提升。同时，教师也要认识到内涵式发展不仅否定传统美育，也要持续拓展与深化美育，促使美育真正回归到本质，逐渐由“外在育美”转向为“内在润心”<sup>[4]</sup>。

第二，准确认知音乐疗愈与美育融合，并明确其融合价值。教师应当转变对音乐疗愈的认知，不仅要重视音乐疗愈作用，而且不能夸大音乐疗愈的价值，正确认知音乐疗愈的核心概念，明确“育美润心”为主要的核心价值。同时，教师基于音乐疗愈驱动美育内涵式发展，是路径互补与价值统一，不是两种教育形式的简单叠加，音乐疗愈不仅能深化美育价值与内涵，也能不断丰富美育路径，推动美育实现内涵式发展，而美育则向音乐疗愈提供更为广阔的平台，充分发挥音乐疗愈应有价值。另外，教师也采取“宣传+培训”的方式，转变家长的认知，意识到音乐疗愈与美育深度融合的重要性，重视学生的心灵成长与审美素养提升<sup>[5]</sup>。

### （二）转变理念，摒弃功利化坚守“以人为本”

第一，摒弃功利化教育理念。教师需要打破功利化教育倾向，明确美育在素质教育中的核心地位，将美育纳入学校教育的整体规划，给予美育足够的重视与资源支持，避免美育成为“副科”“边缘学科”。要摒弃美育“功利化”的评价导向，不再以审美技能的提升、艺术比赛的获奖等“可见性”成果作为评价美育效果的唯一标准，而是建立多元化的评价体系，注重学生的审美体验、情感表达与心灵成长，关注美育“润心”的效果，让美育真正服务于学生的全面发展，并引导教师和学生将注意力从单纯的技能训练转向对内心世界的关照和精神品质的培养，促进其身心健康、和谐地发展<sup>[6]</sup>。

第二，坚守“以人为本”，给予学生审美需求与认知规律充分尊重。音乐疗愈驱动美育发展，教师要以学生为中心，不仅要尊重学生的认知发展规律，也根据各学段学生的审美需求，合理设计音乐疗愈与美育融合内容与形式。同时，教师也要重视学生的情感与个性特征，鼓励他们积极参与美育活动、音乐疗愈等，不追求标准化情感表达输出，自由分享感受与观点，切实提高心灵滋养、审美体验的真实性。此外，教师要从学生角度出发，避免将学生的心理需求与审美标准成人化，使音乐疗愈与美育与学生的实际情况高度契合，使“育美润心”目标得以实现<sup>[7]</sup>。

### （三）优化路径，构建“课堂+课外”融合模式

第一，课堂教学。课堂教学不仅是美育教育的主阵地，也是音乐疗愈赋能美育内涵式发展的关键路径。教师变革课堂教学模式，摒弃“重技能、轻体验”的教学模式，在课堂教学中有效融入音乐疗愈与美育。同时，重构音乐疗愈内容与流程，主动与音乐欣赏、演唱与演奏有机结合，注重提升学生的学习体验，并增强他们的情感表达能力。比如，在音乐欣赏中，教师播放风格不同的音乐，要求学生进行情感表达与音乐联想，疏导他们的不良情绪，碰撞出情感共鸣；在音乐演唱与演奏中，学生通过音乐表达内心真实想法、释放不良情绪，有效滋养他们的心灵。此外，教师也要将音乐疗愈与美术、舞蹈等有机融为一体，丰富美育的内涵与形式，并增强学生的跨学科能力<sup>[8]</sup>。

第二，课外实践。课外实践不仅是音乐疗愈驱动美育发展的重要路径，也能有效拓展与补充课堂教学。教师充分借助社团活动，开展形式多样的实践活动，如音乐分享会、音乐冥想等，促使学生在实践活动深入体会音乐疗愈潜在魅力，滋养他们的心灵，形成积极向上的人生态度。同时，教师要主动向校外机构寻求帮助，大力开展校外实践活动，并引入更为专业的教学资源，并通过美术馆、音乐厅等平台，使学生深度感受心灵滋养与审美价值。此外，学生也要合理利用碎片化时间，积极参与音乐疗愈实践，科学调节自己的心理状态，为实现身心健康发展保驾护航。

### （四）环境融合，营造良好育人氛围

第一，创建“音乐疗愈角”。在音乐疗愈角，学校应该配备相关设施设备，如音波按摩仪、舒适沙发以及音乐设备等，学生在疗愈角演奏轻柔乐器、聆听蝉鸣、雨声等自然音效，自主调节自己的不良情绪。同时，可在疗愈角墙面布置学生的音乐创作涂

鸦、心情便签板,让学生在轻松的视觉环境中放松身心,也能通过文字与艺术的结合进一步释放内心压力。学校还可以安排有音乐疗愈知识的教师或志愿者定期在疗愈角值班,为学生提供简单的引导,比如推荐适合不同情绪状态的音乐,或组织小型的团体音乐放松活动,使“音乐疗愈角”真正成为学生课间、课后调整情绪、寻求心灵慰藉的专属空间<sup>[9]</sup>。

第二,打造“沉浸式音乐走廊”。学校要在公共区域布置隐蔽的音响系统,并播放细心挑选的音乐作品,如自然音乐、原创音乐以及古典音乐等,让音乐疗愈渗透到校园中的各个角落,使学生自然而然地接受音乐、美育熏陶。另外,学校可以在走廊张贴学生的音乐作品、音乐科普资料、音乐家画等,营造出视觉与听觉同时兼顾的美育氛围。此外,不同楼层需要设置音乐主题不同的区域,一楼侧重“自然与成长”主题,播放《森林狂想曲》等自然音乐;二楼围绕“经典传承”,循环播放《月光奏鸣曲》《梁祝》等中外古典名曲;三楼则以“青春活力”为核心,播放积极向上的现代歌曲。这样,将营造出沉浸式音乐疗愈与美育氛围,

使学生在潜移默化中感悟音乐作品之中的宁静美好,从整体上提升学生的审美素养与艺术水平,进而推动学生实现真正意义上的全面发展<sup>[10]</sup>。

### 三、结语

总而言之,音乐疗愈以其独特的情感共鸣与心理调适功能,为中小学美育的内涵式发展注入了全新活力。对此,可以从更新认知,树立“育美润心”一体化教育认知;转变理念,摒弃功利化坚守“以人为本”;优化路径,构建“课堂+课外”融合模式以及环境融合,营造良好育人氛围等策略着手,推动音乐疗愈与中小学美育的深度融合。未来,随着教育理念的不断革新与实践探索的持续深入,音乐疗愈在中小学美育中的价值将得到更充分地彰显,其内涵式发展之路也将越走越宽广,最终让每一位学生都能在音乐的滋养下,收获审美素养的提升与心灵的和谐成长。

### 参考文献

- [1] 毛玉河. 新形势下中小校园美育浸润场建设实践探索 [J]. 美育学刊, 2024, 15(06): 40-47.
- [2] 张志强. 美育浸润行动视域下中小学美育的现实困境及其疏解路径 [J]. 中国教育学刊, 2024, (11): 68-73.
- [3] 宋晓响. 美育浸润行动背景下中小学教师美育素养提升路径探索 [J]. 音乐教育与创作, 2024, (10): 45-49.
- [4] 李珍. 美好教育: 五育融合视域下中小学美育浸润探索与实践 [J]. 宁波教育学院学报, 2024, 26(03): 99-103.
- [5] 傅聪. 音乐治疗融入中小学的逻辑理路与路径探究 [J]. 乐器, 2024, (04): 78-81.
- [6] 孙雷. 合唱之美浸润心灵——推进中小学合唱美育活动全面开展策略与展望 [J]. 中国文艺家, 2023, (09): 154-156.
- [7] 张厚萍. 中小学美育教育践行中的悖论及对策探究 [J]. 洛阳师范学院学报, 2023, 42(08): 74-76.
- [8] 梁秋月. 音乐治疗在中小学心理健康教育中的应用 [J]. 江苏教育, 2021, (93): 46-48.
- [9] 翁娅苏. 探究音乐治疗在中小学音乐课教学中的运用 [J]. 戏剧之家, 2021, (07): 92-93.
- [10] 何玲. 接受式音乐治疗在中小学音乐课堂中的应用探究 [J]. 黄河之声, 2019, (14): 138-139.